

Утверждаю



Заведующий  
Детский сад № 114  
/Москалева Екатерина Олеговна/

# МЕНЮ

6 мая 2024 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	140	5,2	3,8	23,7	150	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/5	2,3	4,6	15,1	111	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			6,7	27	0
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>7,5</b>	<b>8,4</b>	<b>45,5</b>	<b>288</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)	160	4	3,7	25,2	150	5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куры полупотр. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,2	9	25,6	214	0,7
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,6	2,2	3,3	36	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	160			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>14,4</b>	<b>15,3</b>	<b>77</b>	<b>506</b>	<b>7,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло)	150	24,8	16,9	22,5	345	0,2
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок)	40	0,5	0,8	3,3	23	1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,3	10,2	73	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧН. (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>30,3</b>	<b>20,2</b>	<b>51,1</b>	<b>512</b>	<b>1,7</b>
<b>Ужин</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	170	4,8	4,2	8	89	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7,1</b>	<b>7,1</b>	<b>30,3</b>	<b>214</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>59,3</b>	<b>51</b>	<b>203,9</b>	<b>1520</b>	<b>9,8</b>

Утверждаю

Заведующий  
Детский сад № 114  
/Москалева Екатерина Олеговна/**МЕНЮ**

6 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,6	4,3	25,3	162	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/10	3,2	8,5	20,2	170	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			7,4	30	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,8</b>	<b>12,8</b>	<b>52,9</b>	<b>362</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	180	4,6	4,6	28,3	174	5,6
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куры полупотр. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	8,3	10,2	29,7	245	0,7
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,9	3,6	4,9	54	2,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	45	3	0,4	19,3	93	0
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>16,8</b>	<b>18,8</b>	<b>88,9</b>	<b>593</b>	<b>8,6</b>
<b>Полдник</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло)	150	24,8	17,1	22,3	346	0,2
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	60	0,7	0,9	4,7	30	1,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,1	2,6	11,5	83	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧН. (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,8	0,3	25,1	118	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>32,4</b>	<b>20,9</b>	<b>63,6</b>	<b>577</b>	<b>2,1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,4</b>	<b>9,8</b>	<b>46,5</b>	<b>314</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>67,4</b>	<b>62,3</b>	<b>251,9</b>	<b>1846</b>	<b>11,7</b>