

Утверждаю

*Масел*

Заведующий

Детский сад № 114

/Москалева Екатерина Олеговна/

**МЕНЮ**

8 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	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	140	3,6	6	21,2	154	0,4
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
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,8	2,4	12	82	0,5
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>8,7</b>	<b>13</b>	<b>48,3</b>	<b>347</b>	<b>0,9</b>
<b>Обед</b>								
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ ПТИЦЫ И СМЕТАНОЙ (куры полупотр. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая)	150/5	6,6	8,2	11,8	147	12,2
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, куры полупотр. 1 категории)	50	8,2	8,5	2,8	120	0,3
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	3,9	2,3	24,7	135	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,9	24	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>21,4</b>	<b>19,3</b>	<b>62,2</b>	<b>508</b>	<b>12,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	3,1	3,3	10,7	85	0,4
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,4	6,7	2,2	72	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>5,8</b>	<b>10,2</b>	<b>33,9</b>	<b>252</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	170			9,3	37	0
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>2,3</b>	<b>2,9</b>	<b>31,6</b>	<b>162</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>38,2</b>	<b>45,4</b>	<b>176</b>	<b>1269</b>	<b>14,5</b>

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 114

/Москалева Екатерина Олеговна/

**МЕНЮ**

8 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	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,9	6,1	22,2	161	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,3	2,8	13,3	93	0,6
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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,4</b>	<b>17,4</b>	<b>55,7</b>	<b>424</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>								
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ ПТИЦЫ И СМЕТАНОЙ (куры полупотр. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая)	180/5	7,8	9,6	14,3	176	14,6
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, куры полупотр. 1 категории)	70	11,4	12	3,7	167	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	4,6	2,9	29,4	162	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			6,8	27	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,4	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>27,2</b>	<b>24,9</b>	<b>75,4</b>	<b>634</b>	<b>15</b>
<b>Полдник</b>								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	170	3,5	3,4	12,1	94	0,4
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	0,6	9,6	3,2	102	1,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>7,2</b>	<b>13,2</b>	<b>42,2</b>	<b>318</b>	<b>1,5</b>
<b>Ужин</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200			10,4	42	0
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>3,8</b>	<b>4,9</b>	<b>47,6</b>	<b>251</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>48,6</b>	<b>60,4</b>	<b>220,9</b>	<b>1627</b>	<b>17,6</b>