

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Кемлянский детский сад "

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

25 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав				
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)	
ЗАВТРАК					473	431,60	11,97	13,03	66,63	7,17
Каша рисовая вязкая					150	162,00	5,00	6,00	21,00	2,00
	Молоко	150,00	150,000		88,80	4,35	4,80	7,05	1,950	
	Крупа рисовая	15,00	15,000		49,95	1,05	0,15	11,10		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03		
	Соль йодированная	0,25	0,250							
Какао с молоком					180	86,00	3,00	3,00	11,00	1,00
	Молоко	100,00	100,000		59,20	2,90	3,20	4,70	1,300	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99		
	Какао-порошок	1,00	1,000		2,73	0,24	0,15	0,10		
Бутерброды с маслом					45	122,00	3,00	3,00	20,00	
	Хлеб пшеничный	40,00	40,000		93,76	3,04	0,32	19,68		
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09		
Соки овощные, фруктовые и ягодные					98	62,00			15,00	4,00
	Сок	98,00	98,000		61,64	0,29	0,10	14,90	3,920	
ОБЕД					645	703,29	28,70	28,51	83,05	58,10
Салат картофельный с зеленым горошком					40	48,00	1,00	2,00	6,00	8,00
	Картофель	30,00	19,000		14,59	0,38	0,08	3,10	3,800	
	Горошек консервированный	30,00	15,000		5,76	0,47		0,98	1,500	
	Лук репчатый	10,00	7,000		2,81	0,10	0,01	0,57	0,700	
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00			
	Соль йодированная	0,10	0,100							
	Морковь	20,00	15,000		5,06	0,20	0,02	1,04	0,750	
	Огурцы соленые	30,00	15,000		1,50	0,12		0,26	0,750	
Свекольник					180	188,00	8,00	9,00	20,00	23,00
	Говядина 1 кат	30,00	25,000		54,60	4,65	4,00			
	Сметана 15%	8,00	8,000		12,78	0,21	1,20	0,29	0,032	
	Свекла	80,00	64,000		26,94	0,96	0,06	5,63	6,400	
	Картофель	100,00	75,000		57,60	1,50	0,30	12,23	15,000	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	0,800	
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76	0,550	
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00			
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03		
	Соль йодированная	0,60	0,600							
Пюре картофельное					130	152,00	4,00	5,00	23,00	27,00
	Картофель	200,00	130,000		99,84	2,60	0,52	21,19	26,000	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Кемлянский детский сад "

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

25 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав			
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)
	Молоко	40,00	40,000		23,68	1,16	1,28	1,88	0,520
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09	
	Соль йодированная	0,52	0,520						
Компот из смеси сухофруктов				180	21,00			5,00	
	Сухофрукты	9,00	9,000		0,86	0,21		0,01	0,293
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99	
	Аскорбиновая кислота	0,04	0,040						0,040
Хлеб ржаной				45	88,00	3,00	1,00	18,00	
	Хлеб ржаной				87,66	2,75	0,54	17,96	
Хлеб пшеничный				10	23,00	1,00		5,00	
	Хлеб пшеничный				23,44	0,76	0,08	4,92	
Котлеты из говядины				60	184,00	12,00	12,00	6,00	1,00
	Говядина 1 кат	60,00	55,000		120,12	10,23	8,80		
	Молоко	20,00	20,000		11,84	0,58	0,64	0,94	0,260
	Хлеб пшеничный	10,00	10,000		23,44	0,76	0,08	4,92	
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00		
	Соль йодированная	0,24	0,240						
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03	
	Лук репчатый	10,00	7,000		2,81	0,10	0,01	0,57	0,700
ПОЛДНИК				470	380,39	11,31	10,63	59,87	15,86
Блинчики				100	232,00	6,00	6,00	39,00	1,00
	Молоко	60,00	60,000		35,52	1,74	1,92	2,82	0,780
	Мука	30,00	30,000		100,05	3,09	0,33	21,18	
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03	
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00		
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99	
	Соль йодированная	0,85	0,850						
	Повидло	15,00	15,000		39,24	0,06		9,75	0,075
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03	
	Дрожжи	0,80	0,800		0,68	0,10		0,07	
Яйцо вареное				40	63,00	5,00	5,00		
	Яйцо куриное	1 шт.	40,000		62,84	5,08	4,60	0,28	
Чай с сахаром				180	24,00			6,00	
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99	
	Чай	1,00	1,000		0,12			0,03	
Яблоки				150	61,00	1,00		15,00	15,00
	Яблоки				61,20	0,60		14,70	15,000

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Кемлянский детский сад "

Приложение №12
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

25 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорий- ность, ккал.	Химический состав				
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ					1588	1515,00	52,00	52,00	210,00	81,00