



**МЕНЮ**  
13 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 МАННАЯ НА С/М (крупа манная, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	200	5,6	6,6	33,2	215	0,4
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами)	40/7	3	6,9	20,7	157	0
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>8,7</b>	<b>13,5</b>	<b>62,9</b>	<b>408</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП С З/Г С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, вода питьевая, горошек зеленый консервы, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности)	200/11	2,5	6,6	7,6	105	3,5
2008	256	АЗУ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, томатная паста, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, огурцы соленые)	70	13,3	6,6	1,8	136	10,9
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	5,9	5,5	37,6	224	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>25</b>	<b>19,1</b>	<b>76,9</b>	<b>602</b>	<b>14,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	50	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,1</b>	<b>6,9</b>	<b>24,2</b>	<b>188</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	60	1,1	4,9	4,3	66	1,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, крупа манная)	150	10	11,9	12,8	196	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,1	2,6	13,5	91	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>17,3</b>	<b>19,6</b>	<b>50,7</b>	<b>448</b>	<b>2,3</b>
<b>Всего</b>				<b>58,1</b>	<b>59,1</b>	<b>214,7</b>	<b>1646</b>	<b>18,1</b>



Согласовано  
заведующая  
МДОУ "Детский сад №122"  
/ Кошелева А.В./

**МЕНЮ**  
13 мая 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ 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 МАННАЯ НА С/М (крупа манная, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	4,6	6,4	25,7	180	0,5
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7,9	32	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшени. мука высш. сорт обог. микроэлементами)	30/5	2,3	5	15,4	116	0
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>7</b>	<b>11,4</b>	<b>49</b>	<b>328</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП С З/Г С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, вода питьевая, горошек зеленый консервы, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности)	150/9	2,1	5,1	6,3	83	3
2008	256	АЗУ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, томатная паста, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, огурцы соленые)	60	11,7	5,1	1,6	114	9,7
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	4,9	4,6	30,7	184	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>509</b>	<b>21,3</b>	<b>15,2</b>	<b>63,3</b>	<b>494</b>	<b>12,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	50	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5,7</b>	<b>21,9</b>	<b>162</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	40	0,7	3,3	2,8	44	1,1
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, крупа манная)	150	10	11,8	12,7	196	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,3	11,2	77	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>15,7</b>	<b>17,6</b>	<b>41,8</b>	<b>388</b>	<b>1,8</b>
<b>Всего</b>				<b>49,8</b>	<b>49,9</b>	<b>176</b>	<b>1372</b>	<b>15,8</b>