

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 212"

/Дидковская Т.Н./

**МЕНЮ**

24 апреля 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>								
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*молоко пастер. 3,2% жирности, * соль йодированная, * крупа пшеничная полтавская, * сахар песок, вода питьевая)	160	3,75	2,44	15,79	100,46	0,38
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	29	2,35	0,88	17,21	85,29	0,00
2008	13	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	4,18	0,05	37,80	0,00
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (вода питьевая, * кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, * сахар песок)	150	2,92	2,94	10,36	79,98	0,49
<b>Итого</b>			<b>344</b>	<b>9,07</b>	<b>10,44</b>	<b>43,41</b>	<b>303,53</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2010	102	*МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	84	2,58	2,75	4,04	51,69	0,46
<b>Итого</b>			<b>84</b>	<b>2,58</b>	<b>2,75</b>	<b>4,04</b>	<b>51,69</b>	<b>0,46</b>
<b>Обед</b>								
2010	8	* РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*лук репчатый, * картофель, * крупа рисовая, вода питьевая, * морковь, *огурцы соленые, *лавровый лист, *масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, *сметана 15% жирности)	150	1,45	3,14	10,31	75,65	4,02
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, * соль йодированная, * макаронные изделия 1 сорт)	110	3,92	3,85	23,83	145,79	0,00
2010	61	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (*масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная, *батон йодированный, *масло подсолнечное рафинированное, * говяжья печень, *лук репчатый, *молоко пастер. 3,2% жирности)	45	8,98	6,27	5,90	121,32	5,70
2008		* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы грунтовые)	21	0,17	0,02	0,52	2,93	2,09
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	29	1,91	0,29	13,97	60,29	0,00
2010	95	* НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ (*апельсин, * сахар песок, вода питьевая)	150	0,08	0,02	7,01	28,99	2,26
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>16,51</b>	<b>13,59</b>	<b>61,54</b>	<b>434,97</b>	<b>14,07</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	66	* ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (* картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *яйца куриные (шт.), *масло подсолнечное рафинированное, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, * свинина мясная, * сухари панировочные, * соль йодированная, *лавровый лист)	140	9,03	18,87	17,53	276,34	8,47
2008	364	* СОУС ТОМАТНЫЙ (вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * морковь, *лук репчатый, * томатная паста, * соль йодированная, * сахар песок)	30	0,55	2,97	2,18	36,96	0,61
2010	5	*ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* соль йодированная, * сахар песок, *лимонная кислота, * томатная паста, *масло подсолнечное рафинированное, *лук репчатый, * свекла)	20	0,45	1,74	2,96	29,53	1,41
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	29	2,35	0,88	17,21	85,29	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок, * лимон)	150	0,08	0,00	6,45	26,46	0,35
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>12,46</b>	<b>24,46</b>	<b>46,33</b>	<b>454,58</b>	<b>10,84</b>
<b>Всего</b>				<b>40,62</b>	<b>51,24</b>	<b>155,32</b>	<b>1 244,77</b>	<b>26,24</b>

Старшая медицинская сестра

Барановская М.М.