

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 212"
_____/Дидковская Т.Н./

МЕНЮ

18 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*молоко пастер. 3,2% жирности, * соль йодированная, * сахар песок, * крупа манная, вода питьевая)	160	3,44	2,12	16,91	100,16	0,33
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,39	0,90	17,55	87,00	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, * сахар песок)	150	2,37	2,46	10,44	73,63	0,42
2008	13	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	4,18	0,05	37,80	0,00
Итого			345	8,25	9,66	44,95	298,59	0,75
II Завтрак								
2010	90	* СОК (* сок яблочный для детей с 3 месяцев)	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Итого			100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Обед								
2008	101	* СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ (* макаронные изделия 1 сорт, * картофель, * морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, * томатная паста, вода питьевая, * куриная грудка филе, * соль йодированная)	150	2,78	2,62	10,99	78,88	3,08
2010	83	*РАГУ ОВОЩНОЕ (* капуста белокочанная, *лавровый лист, * томатная паста, * картофель, * сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *лук репчатый, * соль йодированная, * морковь)	120	2,41	7,04	14,55	132,57	11,23
2010	63	* ТЕФТЕЛИ (*батон йодированный, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * томатная паста, * морковь, * говядина лопатка б/к, * сахар песок, *лавровый лист)	50/30	7,57	9,38	14,09	170,96	1,45
2008		* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы грунтовые)	25	0,20	0,03	0,63	3,51	2,51
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,30	0,35	16,81	72,54	0,00
2010	91	*НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (*шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая)	150	0,49	0,19	13,55	67,04	64,31
Итого			560	15,75	19,61	70,62	525,50	82,58
Уплотнённый полдник								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * сухари панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности, *творог 9,0% жирности, * крупа манная, *яйца куриные (шт.), *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	130/30	25,60	17,17	35,69	404,27	0,43
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,39	0,90	17,55	87,00	0,00
2010	96	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,06	0,00	4,60	18,60	0,01
Итого			340	28,05	18,07	57,84	509,87	0,44
Всего				52,54	47,44	183,21	1 375,67	84,57

Старшая медицинская сестра _____ Барановская М.М.