

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

**МЕНЮ**

3 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>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,04	6,35	16,70	140,54	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,32	3,42	12,35	94,57	0,52
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,66	3,38	0,00	41,71	0,08
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>361</b>	<b>11,52</b>	<b>13,73</b>	<b>39,33</b>	<b>329,22</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,27	4,71	6,92	88,31	0,79
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,27</b>	<b>4,71</b>	<b>6,92</b>	<b>88,31</b>	<b>0,79</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/Б	150	6,35	5,75	11,30	122,45	2,77
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ)	120	8,93	11,37	10,62	181,35	12,19
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,65	1,12	2,87	27,62	0,56
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,86	63,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>18,16</b>	<b>18,53</b>	<b>54,12</b>	<b>460,27</b>	<b>18,52</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	5,43	14,37	4,92	170,85	0,51
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,55	0,49	2,73	18,93	0,55
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	1,22	2,41	7,20	57,98	1,42
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,30	0,13	11,86	55,44	40,17
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>9,00</b>	<b>17,98</b>	<b>36,99</b>	<b>355,60</b>	<b>42,65</b>
<b>Всего</b>				<b>42,95</b>	<b>54,95</b>	<b>137,36</b>	<b>1 233,40</b>	<b>63,08</b>

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

**МЕНЮ**

3 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,91	7,88	20,62	173,34	0,62
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,40	10,18	35,89	248,71	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,85	4,01	15,34	114,09	0,62
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,57	4,54	0,00	55,98	0,11
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>14,58</b>	<b>17,30</b>	<b>51,38</b>	<b>422,01</b>	<b>1,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,12	5,65	8,29	105,93	0,95
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,12</b>	<b>5,65</b>	<b>8,29</b>	<b>105,93</b>	<b>0,95</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	6,97	4,98
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/Б	200	8,53	7,74	14,94	163,65	3,68
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ)	150	11,17	14,13	13,47	226,52	15,28
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1,06	1,88	4,77	46,26	0,93
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,33	73,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>24,14</b>	<b>24,20</b>	<b>71,85</b>	<b>608,60</b>	<b>24,87</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	6,41	16,28	6,16	196,99	0,59
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,67	1,07	3,21	28,42	0,36
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,33	0,14	14,37	66,25	44,00
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	1,52	2,85	8,78	70,06	1,78
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,43</b>	<b>20,92</b>	<b>42,80</b>	<b>414,12</b>	<b>46,73</b>
<b>Всего</b>				<b>54,27</b>	<b>68,07</b>	<b>174,32</b>	<b>1 550,66</b>	<b>73,90</b>

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна