

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

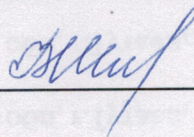
# МЕНЮ

27 декабря 2024 г.

Сад 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>             |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
| 2011                       | 418           | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ         | 200        | 5,52              | 8,03         | 24,24         | 192,31                        | 0,62          |
| 2008                       | 181           | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 130        | 3,88              | 10,19        | 25,38         | 208,64                        | 0,00          |
| 2012                       | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                     | 180        | 0,20              | 0,00         | 10,72         | 43,67                         | 0,00          |
| 2008                       | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 7          | 0,04              | 5,78         | 0,06          | 52,36                         | 0,00          |
| 2008                       |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ           | 30         | 2,25              | 0,87         | 15,42         | 78,60                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>417</b> | <b>8,01</b>       | <b>14,68</b> | <b>50,44</b>  | <b>366,94</b>                 | <b>0,62</b>   |
| <b>II Завтрак</b>          |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 435           | СНЕЖОК                               | 180        | 5,24              | 4,37         | 19,21         | 137,93                        | 0,00          |
| 2008                       | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)             | 200        | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,00                         | 4,00          |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>180</b> | <b>5,24</b>       | <b>4,37</b>  | <b>19,21</b>  | <b>137,93</b>                 | <b>0,00</b>   |
| <b>Обед</b>                |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 40            | КАПУСТА КВАШЕНАЯ                     | 50         | 1,08              | 2,00         | 3,80          | 39,22                         | 18,00         |
| 2008                       | 107           | СУП С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ             | 200        | 4,55              | 4,92         | 12,57         | 112,73                        | 0,50          |
| 2008                       | 259           | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА              | 60         | 5,01              | 6,08         | 2,48          | 86,84                         | 0,71          |
| 2012                       | 321           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 130        | 3,05              | 5,26         | 19,38         | 137,50                        | 9,27          |
| 2012                       | 375           | КОМПОТ ИЗ С/МОРОЖЕННЫХ ЯГОД          | 180        | 0,00              | 0,00         | 9,68          | 38,70                         | 0,00          |
| 2008                       |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ     | 45         | 2,98              | 0,40         | 19,08         | 91,78                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>665</b> | <b>16,67</b>      | <b>18,66</b> | <b>66,99</b>  | <b>506,77</b>                 | <b>28,48</b>  |
| <b>Полдник уплотненный</b> |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ | 150        | 8,50              | 6,82         | 43,97         | 270,86                        | 0,00          |
| 2012                       | 376           | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                     | 180        | 0,60              | 0,04         | 15,62         | 65,70                         | 0,19          |
| 2008                       |               | ПЕЧЕНЬЕ                              | 10         | 0,72              | 0,94         | 7,16          | 40,14                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>340</b> | <b>9,82</b>       | <b>7,80</b>  | <b>66,75</b>  | <b>376,70</b>                 | <b>0,19</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |                                      |            | <b>39,74</b>      | <b>45,51</b> | <b>203,39</b> | <b>1 388,34</b>               | <b>29,29</b>  |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

# МЕНЮ

27 декабря 2024 г.

## Ясли 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>             |               |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
| 2011                       | 418           | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ                | 180        | 4,75              | 6,55         | 21,02         | 162,81                        | 0,52           |
| 2012                       | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                     | 150        | 0,15              | 0,00         | 9,02          | 36,62                         | 0,00           |
| 2008                       | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 5          | 0,03              | 4,13         | 0,04          | 37,40                         | 0,00           |
| 2008                       |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ           | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>355</b> | <b>6,43</b>       | <b>11,26</b> | <b>40,36</b>  | <b>289,23</b>                 | <b>0,52</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008                       | 435           | СНЕЖОК                               | 180        | 5,24              | 4,37         | 19,21         | 137,93                        | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>180</b> | <b>5,24</b>       | <b>4,37</b>  | <b>19,21</b>  | <b>137,93</b>                 | <b>0,00</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008                       | 40            | КАПУСТА КВАШЕНАЯ                     | 30         | 0,65              | 1,01         | 2,08          | 20,99                         | 10,80          |
| 2008                       | 107           | СУП С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ             | 150        | 3,22              | 3,52         | 9,45          | 82,29                         | 0,37           |
| 2008                       | 259           | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА              | 60         | 5,01              | 6,08         | 2,47          | 86,83                         | 0,70           |
| 2012                       | 321           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 110        | 2,58              | 4,34         | 16,37         | 115,17                        | 7,83           |
| 2012                       | 375           | КОМПОТ ИЗ С/МОРОЖЕННЫХ ЯГОД          | 150        | 0,14              | 0,06         | 9,71          | 39,07                         | 0,00           |
| 2008                       |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ     | 30         | 1,99              | 0,26         | 12,72         | 61,19                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>530</b> | <b>13,59</b>      | <b>15,27</b> | <b>52,80</b>  | <b>405,54</b>                 | <b>19,70</b>   |
| <b>Полдник уплотненный</b> |               |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008                       | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ | 130        | 7,36              | 5,93         | 38,11         | 234,89                        | 0,00           |
| 2008                       | 401           | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                     | 150        | 0,50              | 0,03         | 12,69         | 53,46                         | 0,16           |
| 2008                       |               | ПЕЧЕНЬЕ                              | 10         | 0,71              | 0,93         | 7,07          | 39,62                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |                                      | <b>290</b> | <b>8,57</b>       | <b>6,89</b>  | <b>57,87</b>  | <b>327,97</b>                 | <b>0,16</b>    |
| <b>Всего</b>               |               |                                      |            | <b>33,83</b>      | <b>37,79</b> | <b>170,24</b> | <b>1 160,67</b>               | <b>20,38</b>   |

Медицинская сестра

*Широк*

Широква Вера Александровна