

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

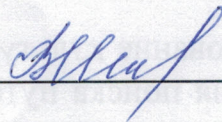
МЕНЮ

28 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		
Завтрак								
2011	418	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,02	7,32	24,41	183,58	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
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
Итого			417	7,41	13,97	49,77	354,44	0,54
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	4,65	5,65	7,51	103,10	10,04
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	8,50	12,14	22,79	237,81	11,17
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	12,28	51,48	1,27
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			605	16,26	18,32	61,66	484,17	22,48
Полдник уплотненный								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	5,06	4,36	32,38	189,21	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,60	0,04	15,62	65,70	0,19
2008		ПЕЧЕНЬЕ	17	1,28	1,67	12,65	70,89	0,00
Итого			367	11,90	10,56	60,92	387,09	0,19
Всего				36,57	43,05	192,55	1 311,70	27,21

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

28 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		
Завтрак								
2011	418	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,27	5,87	21,25	154,89	0,42
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	8,31	33,39	0,01
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
Итого			355	5,84	10,58	39,88	278,08	0,43
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	3,48	4,23	5,62	77,16	7,50
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	6,63	9,41	18,98	189,72	9,31
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	10,25	43,00	1,06
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			480	12,21	14,01	47,57	371,07	17,87
Полдник уплотненный								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,29	3,70	27,38	160,16	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,50	0,03	12,69	53,46	0,16
2008		ПЕЧЕНЬЕ	17	1,28	1,67	12,65	70,89	0,00
Итого			317	11,03	9,89	52,99	345,80	0,16
Всего				30,08	34,68	160,64	1 080,95	22,46

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна