

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

*Алексеева* /Белова Елена Николаевна/

# МЕНЮ

6 декабря 2023 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	4,02	6,29	16,48	139,04	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,26	3,38	12,57	94,84	0,52
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,68	3,40	0,00	42,01	0,08
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>11,46</b>	<b>13,65</b>	<b>39,33</b>	<b>328,29</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,26	4,70	6,91	88,19	0,79
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,26</b>	<b>4,70</b>	<b>6,91</b>	<b>88,19</b>	<b>0,79</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,21	3,01
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/Б	150	6,33	5,81	11,18	122,41	2,75
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ)	120	9,13	11,22	10,82	181,66	12,22
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,66	1,16	2,91	28,38	0,56
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,82	63,26	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>18,35</b>	<b>18,48</b>	<b>54,20</b>	<b>461,11</b>	<b>18,54</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	5,47	14,21	5,03	170,09	0,50
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,55	0,49	2,76	19,17	0,55
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	1,20	2,18	6,93	54,84	1,42
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,29	0,12	11,96	55,63	38,92
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2023		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,73	0,24	23,04	99,43	0,80
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>9,74</b>	<b>17,82</b>	<b>60,00</b>	<b>451,56</b>	<b>42,19</b>
<b>Всего</b>				<b>43,81</b>	<b>54,65</b>	<b>160,44</b>	<b>1 329,15</b>	<b>62,64</b>

Медицинская сестра

*Широкова*

Широкова Вера Александровна



Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

Лесникова /Белова Елена Николаевна/**МЕНЮ**

6 декабря 2023 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>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,91	7,88	20,62	173,34	0,62
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,85	4,01	15,34	114,15	0,62
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>422,07</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	7,73	14,96	163,60	3,68
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ)	150	11,16	14,11	13,47	226,27	15,27
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1,07	1,89	4,75	46,13	0,92
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>24,14</b>	<b>24,18</b>	<b>71,85</b>	<b>608,13</b>	<b>24,85</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	6,42	16,33	6,16	197,49	0,59
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,67	1,07	3,21	28,38	0,37
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	70,11	1,78
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,44</b>	<b>20,97</b>	<b>42,80</b>	<b>414,63</b>	<b>46,74</b>
<b>Всего</b>				<b>54,28</b>	<b>68,10</b>	<b>174,32</b>	<b>1 550,76</b>	<b>73,89</b>

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна