

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

17 февраля 2025 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 417 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ | 180 | 5,04 | 6,82 | 21,98 | 170,30 | 0,52 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,04 | 0,00 | 7,82 | 31,45 | 0,01 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,29 | 0,04 | 38,90 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 355 | 6,61 | 11,69 | 40,12 | 293,05 | 0,53 |
| 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 | 34 | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ | 30 | 2,00 | 0,00 | 4,60 | 26,60 | 0,00 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 150 | 4,46 | 4,39 | 11,62 | 103,97 | 5,79 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | 60/20 | 6,49 | 6,66 | 8,47 | 120,04 | 1,23 |
| 2008 | 181 | ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ | 90 | 5,10 | 4,53 | 23,07 | 153,31 | 0,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,74 | 30,96 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 530 | 20,04 | 15,84 | 68,22 | 496,07 | 7,02 |
| 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 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,11 | 0,11 | 10,25 | 43,00 | 1,06 |
| 2023 | | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ | 125 | 0,73 | 0,24 | 23,08 | 99,58 | 0,80 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 445 | 11,59 | 9,12 | 71,26 | 416,43 | 1,86 |
| Всего | | | | 39,24 | 36,85 | 199,80 | 1 291,55 | 13,41 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

17 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 417 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 5,84 | 8,30 | 25,24 | 199,90 | 0,62 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 130 | 5,58 | 11,01 | 34,14 | 257,92 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 9,88 | 39,91 | 0,02 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 7 | 0,04 | 5,82 | 0,06 | 52,73 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 417 | 8,23 | 14,99 | 50,60 | 371,14 | 0,64 |
| 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 | 34 | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ | 30 | 2,00 | 0,00 | 4,60 | 26,60 | 0,00 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 200 | 5,22 | 5,11 | 15,45 | 128,88 | 7,71 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | 70/30 | 7,83 | 7,51 | 9,84 | 138,26 | 0,97 |
| 2008 | 181 | ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 5,68 | 5,51 | 25,64 | 174,70 | 0,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 45 | 2,98 | 0,40 | 19,10 | 91,88 | 0,00 |
| Итого | | | 655 | 23,71 | 18,53 | 84,31 | 599,02 | 8,68 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 4,84 | 4,61 | 30,85 | 184,34 | 0,00 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 4,96 | 4,49 | 0,27 | 61,29 | 0,00 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) | 80 | 10,13 | 16,95 | 10,96 | 236,75 | 0,00 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | 0,13 | 0,13 | 12,69 | 53,14 | 1,27 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 1,77 | 1,41 | 22,50 | 109,80 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 13,20 | 11,22 | 76,59 | 460,97 | 1,27 |
| Всего | | | | 46,14 | 44,94 | 231,70 | 1 517,13 | 14,59 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна