

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

15 марта 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,52	8,03	24,21	192,13	0,62
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,58	3,72	16,19	113,51	0,62
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,81	0,06	52,72	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			417	11,39	18,43	55,88	436,96	1,24
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК	180	5,24	4,37	19,21	137,93	0,00
Итого			180	5,24	4,37	19,21	137,93	0,00
Обед								
2008	40	КАПУСТА КВАШЕНАЯ	50	1,08	2,00	3,80	39,22	18,00
2008	107	СУП С КРУПКОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	4,55	4,92	12,57	112,71	0,50
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	14,91	19,65	25,90	340,24	13,05
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,94	1,86	3,94	42,28	0,93
2012	375	КОМПОТ ИЗ С/МОРОЖЕННЫХ ЯГОД	180	0,16	0,07	11,46	46,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,10	91,88	0,00
Итого			705	24,62	28,90	76,77	672,43	32,48
Полдник уплотненный								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	12,79	15,15	20,45	270,36	17,15
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,60	0,04	15,62	65,70	0,19
2012	458	ВАТРУШКИ	70	9,40	8,83	42,24	285,55	0,10
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			470	24,29	24,60	88,59	674,01	17,44
Всего				65,54	76,30	240,45	1 921,33	51,16

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

15 марта 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		
Завтрак								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,75	6,48	20,93	161,81	0,52
2008	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,02	3,10	13,27	93,88	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,30	0,04	39,02	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			355	9,30	14,46	44,52	347,11	1,04
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК	180	5,24	4,37	19,21	137,93	0,00
Итого			180	5,24	4,37	19,21	137,93	0,00
Обед								
2008	40	КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	0,65	1,30	2,38	24,83	10,83
2008	107	СУП С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ	150	3,22	3,76	9,55	84,87	0,37
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	120	9,94	12,52	17,23	221,35	8,68
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,65	1,12	2,87	27,62	0,56
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,14	0,06	9,47	38,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			510	16,59	19,02	54,22	458,00	20,44
Полдник уплотненный								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	10,55	12,78	16,81	225,21	14,46
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,50	0,03	12,53	52,79	0,16
2012	458	ВАТРУШКИ	50	6,66	6,61	30,44	207,48	0,08
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,79	46,95	9,99
Итого			500	19,61	20,40	79,85	584,83	24,69
Всего				50,74	58,25	197,80	1 527,87	46,17

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна