

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

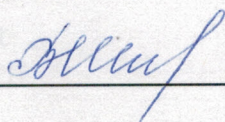
МЕНЮ

2 декабря 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 | 417 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ | 180 | 5,04 | 6,99 | 22,18 | 172,65 | 0,52 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,04 | 0,00 | 7,73 | 31,06 | 0,01 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,34 | 0,04 | 39,34 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 355 | 6,61 | 11,91 | 40,23 | 295,45 | 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 | 4,48 | 4,38 | 11,61 | 103,92 | 5,79 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | 60/20 | 6,50 | 6,75 | 8,59 | 121,41 | 1,27 |
| 2008 | 181 | ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ | 90 | 5,10 | 4,70 | 23,06 | 154,77 | 0,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,64 | 30,56 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 530 | 20,07 | 16,09 | 68,22 | 498,45 | 7,06 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 110 | 4,29 | 3,87 | 27,38 | 161,69 | 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 | 10,15 | 42,60 | 1,06 |
| 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 | | | 350 | 12,63 | 10,46 | 70,58 | 427,78 | 1,06 |
| Всего | | | | 40,31 | 38,66 | 199,23 | 1 307,68 | 12,65 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна

Утверждаю

/заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

Сад 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 | 200 | 5,84 | 8,30 | 25,22 | 199,83 | 0,62 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 130 | 5,58 | 6,17 | 34,14 | 214,32 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 9,88 | 39,90 | 0,02 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 7 | 0,03 | 5,74 | 0,06 | 52,04 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 417 | 8,22 | 14,91 | 50,58 | 370,37 | 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 | 5,07 | 15,45 | 128,55 | 7,71 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | 70/30 | 7,80 | 7,56 | 9,79 | 138,51 | 0,96 |
| 2008 | 181 | ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 5,68 | 5,48 | 25,63 | 174,29 | 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 | 19,08 | 91,78 | 0,00 |
| Итого | | | 655 | 23,68 | 18,51 | 84,23 | 598,43 | 8,67 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 4,84 | 4,61 | 30,85 | 184,40 | 0,00 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) | 130 | 2,44 | 10,18 | 19,92 | 181,31 | 10,08 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 4,96 | 4,49 | 0,27 | 61,29 | 0,00 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | 0,13 | 0,13 | 12,69 | 53,13 | 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 | 461,02 | 1,27 |
| Всего | | | | 46,10 | 44,84 | 231,60 | 1 515,82 | 14,58 |

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна