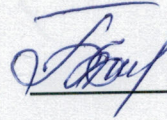


Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

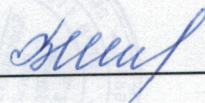

МЕНЮ

18 ноября 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 417 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 5,84 | 8,30 | 25,21 | 199,76 | 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 | 0,04 | 5,81 | 0,06 | 52,70 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 417 | 8,23 | 14,98 | 50,57 | 370,96 | 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 | 5,21 | 5,15 | 15,46 | 129,26 | 7,71 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | 70/30 | 7,80 | 7,53 | 9,80 | 138,23 | 0,98 |
| 2008 | 181 | ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 5,69 | 5,49 | 25,66 | 174,46 | 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 | 18,57 | 84,28 | 599,03 | 8,69 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 4,84 | 4,61 | 30,86 | 184,42 | 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 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) | 70 | 9,86 | 12,26 | 10,47 | 191,37 | 0,00 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | 0,13 | 0,13 | 12,70 | 53,15 | 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 | 76,61 | 461,06 | 1,27 |
| Всего | | | | 46,11 | 44,97 | 231,66 | 1 517,05 | 14,60 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

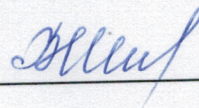
МЕНЮ

18 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № 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 | 6,76 | 21,91 | 169,52 | 0,52 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,04 | 0,00 | 7,69 | 30,91 | 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 | 6,61 | 11,47 | 39,92 | 290,23 | 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 | 4,25 | 11,59 | 102,61 | 5,78 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | 60/20 | 6,45 | 6,78 | 8,32 | 120,29 | 1,21 |
| 2008 | 181 | ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ | 90 | 5,13 | 4,48 | 23,17 | 153,35 | 0,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,60 | 30,41 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 530 | 20,05 | 15,77 | 68,00 | 494,45 | 6,99 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 110 | 4,29 | 3,64 | 27,38 | 159,65 | 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 | 10,11 | 42,45 | 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 | 10,23 | 70,54 | 425,59 | 1,06 |
| Всего | | | | 40,29 | 37,67 | 198,66 | 1 296,27 | 12,58 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна