

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

# МЕНЮ

9 октября 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		
<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	180	5,12	5,65	8,29	105,88	0,94
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,12</b>	<b>5,65</b>	<b>8,29</b>	<b>105,88</b>	<b>0,94</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	11,20	122,50	2,76
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 ПЛОДОВО-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>54,22</b>	<b>461,20</b>	<b>18,55</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
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>9,01</b>	<b>17,58</b>	<b>36,96</b>	<b>352,13</b>	<b>41,39</b>
<b>Всего</b>				<b>43,94</b>	<b>55,36</b>	<b>138,80</b>	<b>1 247,50</b>	<b>62,00</b>

Медицинская сестра

*В.М.Ш.*

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

/ заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

**МЕНЮ**

9 октября 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		
<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	114,09	0,62
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,56	4,53	0,00	55,84	0,11
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>14,57</b>	<b>17,29</b>	<b>51,38</b>	<b>421,87</b>	<b>1,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,12	5,65	8,29	105,91	0,95
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,12</b>	<b>5,65</b>	<b>8,29</b>	<b>105,91</b>	<b>0,95</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	6,98	4,98
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/Б	200	8,55	7,68	14,98	163,40	3,68
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ)	150	11,18	14,13	13,48	226,54	15,28
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	18,36	73,46	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>24,18</b>	<b>24,15</b>	<b>71,90</b>	<b>608,29</b>	<b>24,86</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	6,42	16,32	6,15	197,40	0,59
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	90	10,71	17,13	15,62	260,08	2,81
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,67	1,07	3,21	28,38	0,37
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	1,52	2,85	8,82	70,28	1,78
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,33	0,14	14,37	66,25	44,00
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>20,96</b>	<b>42,83</b>	<b>414,71</b>	<b>46,74</b>
<b>Всего</b>				<b>54,31</b>	<b>68,05</b>	<b>174,40</b>	<b>1 550,78</b>	<b>73,90</b>

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна