

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

Аксимова /Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

31 января 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | 200 | 5,77 | 8,48 | 29,17 | 216,96 | 0,62 |
| 2008 | 181 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 130 | 3,06 | 5,29 | 32,30 | 188,95 | 0,00 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,86 | 4,02 | 15,35 | 114,25 | 0,62 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,19 | 0,00 | 10,09 | 41,11 | 0,04 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3,58 | 4,55 | 0,00 | 56,09 | 0,11 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 425 | 15,46 | 17,92 | 59,94 | 465,90 | 1,35 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5,12 | 5,65 | 8,29 | 105,91 | 0,95 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,00 | 4,00 |
| Итого | | | 180 | 5,12 | 5,65 | 8,29 | 105,91 | 0,95 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 200 | 5,10 | 4,72 | 14,47 | 120,91 | 7,22 |
| 2012 | 282 | ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ МЯСНЫЕ | 70 | 8,86 | 10,78 | 10,78 | 175,58 | 0,39 |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | 3,16 | 4,25 | 12,15 | 101,13 | 26,61 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 180 | 0,00 | 0,00 | 18,39 | 73,57 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 45 | 2,98 | 0,40 | 19,10 | 91,88 | 0,00 |
| Итого | | | 625 | 20,10 | 20,15 | 74,89 | 563,07 | 34,22 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 120 | 15,94 | 33,60 | 3,64 | 381,06 | 0,21 |
| 2008 | 342 | МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 100 | 1,52 | 2,84 | 8,81 | 70,14 | 1,78 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,33 | 0,14 | 14,37 | 66,25 | 44,00 |
| 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 | | | 450 | 21,06 | 38,57 | 59,60 | 679,65 | 45,99 |
| Всего | | | | 61,74 | 82,29 | 202,72 | 1 814,53 | 82,51 |

Медицинская сестра

Широкова

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"
Лесникова /Белова Елена Николаевна/

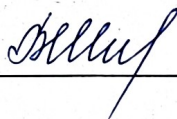
МЕНЮ

31 января 2024 г.

Ясли 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | 180 | 4,61 | 6,66 | 22,33 | 168,48 | 0,52 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 3,28 | 3,39 | 12,49 | 94,77 | 0,52 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 11 | 2,64 | 3,35 | 0,00 | 41,35 | 0,08 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 361 | 12,03 | 13,98 | 45,10 | 357,00 | 1,12 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,26 | 4,70 | 6,91 | 88,17 | 0,79 |
| Итого | | | 150 | 4,26 | 4,70 | 6,91 | 88,17 | 0,79 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 150 | 3,55 | 3,58 | 10,87 | 90,10 | 5,41 |
| 2012 | 282 | ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ МЯСНЫЕ | 60 | 8,25 | 9,88 | 9,24 | 158,74 | 0,34 |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 110 | 2,65 | 3,38 | 10,02 | 82,52 | 22,52 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 150 | 0,00 | 0,00 | 15,84 | 63,33 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 500 | 16,44 | 17,10 | 58,69 | 455,88 | 28,27 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 100 | 15,17 | 31,14 | 3,22 | 354,14 | 0,18 |
| 2008 | 342 | МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 1,21 | 2,28 | 7,23 | 56,91 | 1,42 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,33 | 0,14 | 12,43 | 58,51 | 44,00 |
| 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 | | | 380 | 19,98 | 35,55 | 55,66 | 631,76 | 45,60 |
| Всего | | | | 52,71 | 71,33 | 166,36 | 1 532,81 | 75,78 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна