

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

26 января 2024 г.

Сад 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	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,52	8,03	24,24	192,27	0,62
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,88	10,19	25,38	208,64	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ-НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,58	3,72	16,20	113,55	0,62
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			417	11,39	18,40	55,92	436,78	1,24
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК	180	5,24	4,37	19,21	137,93	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
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	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	200	4,85	4,48	10,04	100,04	0,54
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,41	14,65	22,57	272,02	11,16
2012	375	КОМПОТ ИЗ С/М ЯГОД	180	0,17	0,07	10,95	46,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			655	21,49	21,60	66,44	549,44	29,70
Полдник уплотненный								
2008	239	КОТЛета РЫБНАЯ	70	11,02	6,10	10,49	140,70	0,24
2008	259	ГУЛЯШ (аллергики)	70	9,04	11,93	5,32	164,89	1,40
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,15	4,22	12,12	100,63	26,61
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,37	0,07	14,44	60,41	0,46
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
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Итого			530	18,21	12,78	79,63	510,92	37,31
Всего				56,33	57,15	221,20	1 635,07	68,25

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

26 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,75	6,46	20,91	161,58	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,03	3,10	15,39	102,41	0,52
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	9,31	14,27	46,62	353,79	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	1,12	2,19	22,42	10,83
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	3,74	3,42	7,42	75,42	0,39
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	9,25	11,05	18,82	212,06	9,30
2012	375	КОМПОТ ИЗ С/М ЯГОД	150	0,15	0,06	9,13	38,64	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			510	15,78	15,91	50,28	409,73	20,52
Полдник уплотненный								
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9,45	5,44	8,92	122,14	0,20
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,69	3,30	10,36	83,27	22,49
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,06	11,35	47,51	0,35
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
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,82	47,12	10,03
Итого			470	16,11	11,19	73,23	462,24	33,07
Всего				46,44	45,74	189,34	1 363,69	54,63

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна