

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ "Детский сад № 100"  
\_\_\_\_\_/Дуплова И. В./**МЕНЮ**

2 мая 2024 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,63	0,07	33,10	0,00
2010	38	**КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С МАСЛОМ (пшено, *крупа рисовая (рис круглозерновой), *молоко стерил. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160/5	6,40	6,78	30,56	209,29	0,28
2010	96	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,08	0,00	4,46	18,12	0,02
2019	ТК№008	*ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>8,78</b>	<b>13,35</b>	<b>57,41</b>	<b>385,61</b>	<b>0,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	**СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	125	0,61	0,13	12,25	52,14	1,00
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,61</b>	<b>0,13</b>	<b>12,25</b>	<b>52,14</b>	<b>1,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	150	2,22	1,68	11,76	71,40	4,80
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	70	6,40	7,20	6,38	115,92	2,52
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	80	3,94	2,42	25,11	138,05	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯГОД (*смородина черная, *клубника, сахар песок, вода питьевая)	150	0,12	0,04	11,05	45,84	9,32
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>14,72</b>	<b>11,58</b>	<b>67,02</b>	<b>432,41</b>	<b>16,64</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	43	**ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), *молоко стерил. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	9,61	12,43	2,96	162,24	0,13
2012		*СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	15	3,39	4,31	0,00	53,14	0,04
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,93	0,02
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное)	75	3,96	1,49	45,94	211,86	11,88
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>19,29</b>	<b>19,13</b>	<b>64,51</b>	<b>506,77</b>	<b>12,07</b>
<b>Всего</b>				<b>43,40</b>	<b>44,19</b>	<b>201,19</b>	<b>1 376,93</b>	<b>30,01</b>

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ "Детский сад № 100"  
\_\_\_\_\_ /Дуплова И. В./

# МЕНЮ

## 2 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,63	0,07	33,10	0,00
2010	38	**КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С МАСЛОМ (пшено, *крупа рисовая (рис круглозерновой), *молоко стерил. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	180/5	6,40	6,75	30,39	208,34	0,28
2010	96	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2019	ТК№008	*ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,80</b>	<b>13,32</b>	<b>57,82</b>	<b>387,09</b>	<b>0,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	*СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок виноградный)	150	0,44	0,29	23,72	101,85	1,20
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,44</b>	<b>0,29</b>	<b>23,72</b>	<b>101,85</b>	<b>1,20</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	200	2,96	2,24	15,68	95,20	6,40
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	70	6,40	7,20	6,38	115,92	2,52
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	5,91	3,66	37,68	207,32	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯГОД (*смородина черная, *клубника, сахар песок, вода питьевая)	180	0,14	0,06	13,19	54,80	11,16
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>17,45</b>	<b>13,40</b>	<b>85,65</b>	<b>534,44</b>	<b>20,08</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	43	**ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), *молоко стерил. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	12,07	15,81	3,72	205,56	0,16
2012		*СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	20	4,50	5,72	0,00	70,65	0,06
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,95	0,02
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное)	75	4,00	1,50	46,40	214,00	12,00
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>22,90</b>	<b>23,93</b>	<b>65,73</b>	<b>569,76</b>	<b>12,24</b>
<b>Всего</b>				<b>49,59</b>	<b>50,94</b>	<b>232,92</b>	<b>1 593,14</b>	<b>33,82</b>