

Утверждаю

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

7 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,70	0,07	33,83	0,00
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (крупа ячневая, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160/5	4,32	5,48	16,01	131,08	0,52
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	160	1,86	1,99	12,28	75,93	0,33
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>8,48</b>	<b>12,07</b>	<b>43,81</b>	<b>319,44</b>	<b>0,85</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	378	*КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (клубника) (*клубника, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	120	0,14	0,05	11,38	47,38	10,13
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,14</b>	<b>0,05</b>	<b>11,38</b>	<b>47,38</b>	<b>10,13</b>
<b>Обед</b>								
2012	73	*РАССОЛЬНИК рыбный (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, *рыба горбуша филе, вода питьевая, морковь, соль йодированная, морская капуста)	150	8,88	5,91	8,19	120,81	4,45
2008	261	*ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (говяжья печень, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, томатная паста, морковь, лук репчатый, сахар песок)	50/50	13,26	8,58	8,68	165,59	11,98
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	70	3,95	2,75	17,83	111,69	0,00
2012	54	*ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	20	0,43	1,11	2,42	21,46	1,34
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	150	0,41	0,15	12,44	57,74	30,22
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>28,97</b>	<b>18,74</b>	<b>62,28</b>	<b>538,49</b>	<b>47,99</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2015	222	*ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ (*творог 9% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, ванилин, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	100	17,51	10,45	17,95	238,97	0,18
1994	550	* СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) (*молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок)	30	0,58	1,58	3,84	31,84	0,08
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	100	0,33	0,33	9,28	43,64	3,45
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,75	0,01
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>20,73</b>	<b>13,26</b>	<b>46,65</b>	<b>393,80</b>	<b>3,72</b>
<b>Всего</b>				<b>58,32</b>	<b>44,12</b>	<b>164,12</b>	<b>1 299,11</b>	<b>62,69</b>

Утверждаю

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

7 мая 2024 г.

**Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,63	0,07	33,10	0,00
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (крупа ячневая, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	180/5	5,07	6,27	20,00	157,13	0,59
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,10	2,23	13,88	85,75	0,38
	TK №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>9,47</b>	<b>13,03</b>	<b>49,40</b>	<b>354,58</b>	<b>0,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	378	*КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (клубника) (*клубника, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	150	0,17	0,06	14,32	59,56	12,63
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,17</b>	<b>0,06</b>	<b>14,32</b>	<b>59,56</b>	<b>12,63</b>
<b>Обед</b>								
2012	73	*РАССОЛЬНИК рыбный (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, *рыба горбуша филе, вода питьевая, морковь, соль йодированная, морская капуста)	200	11,62	7,68	10,89	158,37	5,93
2008	261	*ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (говяжья печень, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, томатная паста, морковь, лук репчатый, сахар песок)	50/50	13,26	8,58	8,68	165,59	11,98
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	5,66	3,91	25,54	159,81	0,00
2012	54	*ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	20	0,42	0,98	2,41	20,25	1,31
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	180	0,50	0,18	14,83	68,79	36,08
	TK №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>33,50</b>	<b>21,57</b>	<b>75,07</b>	<b>634,01</b>	<b>55,30</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2015	222	*ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ (*творог 9% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, ванилин, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	120	20,97	12,40	21,40	284,79	0,22
1994	550	* СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) (*молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок)	30	0,59	1,56	3,83	31,65	0,08
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	100	0,33	0,33	9,14	43,09	3,45
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
	TK №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>24,22</b>	<b>15,19</b>	<b>49,98</b>	<b>439,09</b>	<b>3,77</b>
<b>Всего</b>				<b>67,36</b>	<b>49,85</b>	<b>188,77</b>	<b>1 487,24</b>	<b>72,67</b>