

Согласовано



МДОУ №104 Корпус 1
Казачкова М. В./

МЕНЮ

15 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности (0,38), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	200	3,4	6,4	31,7	199	0,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,1		8,4	34	0
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	35	2,6	0,2	17,2	81	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр)	6	1,4	1,8		22	0
Итого			489	12,7	19,6	57,7	459	0,1
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель , хлеб ржаной (0,73), соль йодированная, бройлеры цыпленка потрош. 1 категории)	200/10	7,9	6,4	16,3	154	3,5
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, хлеб пшеничный (0,55), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	60	11,5	12,3	3,6	171	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3	4,4	18,8	127	9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,2	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	39	2,6	0,3	16,8	81	0
Итого			639	25	23,4	62,7	562	13,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	231	6,5	5,6	10,8	121	1,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,9	2,4	18,3	102	0
Итого			256	8,4	8	29,1	223	1,2
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,5	1	2,6	21	1,2
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	145	21,4	15,6	28,7	342	0,4
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на фруктовых экстра.)	50			1,6	6	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,8	2,4	12,5	84	0,5
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	30	2,3	0,2	15,2	72	0
Итого			455	27	19,2	60,6	525	2,1
Всего				73,1	70,2	210,1	1769	16,6

Левина О. Н.



МЕНЮ
15 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности (0,38), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	180	2,8	5	25,2	157	0,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7	28	0
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	27	2,1	0,2	13,8	65	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,1	5	0,1	45	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр)	4	0,9	1,2		14	0
Итого			437	11,1	16	46,4	372	0,1
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель , хлеб ржаной (0,73), соль йодированная, бройлеры цыпленка потрош. 1 категории)	150/10	6,9	5	14,8	132	3,1
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, хлеб пшеничный (0,55), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	50	9,9	10,2	3,6	145	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,5	4,1	16,8	114	8,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	26	1,8	0,2	11,2	54	0
Итого			496	21,1	19,5	52,2	468	11,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,9	2,4	18,3	102	0
Итого			205	6,9	6,8	26,6	196	0,9
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	17	14,3	23,7	291	0,4
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на фруктовых экстр.)	50			1,6	6	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,4	2,1	10,6	72	0,4
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	22	1,7	0,1	11,3	53	0
Итого			382	21,1	16,5	47,2	422	0,8
Всего				60,2	58,8	172,4	1458	13,7

Левина О. Н