

Утверждаю

заведующая
 МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2
 Гришневая Ю.В.

МЕНЮ

17 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль)	150	4,86	5,93	18,01	145,14	0,26
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ (батон нарезной пшеница высшего сорта обог. микроэлементами)	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,24	1,83	14,45	83,79	0,39
Итого			341	9,79	13,76	50,51	365,63	0,65
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	1	0,58	0,58	14,26	68,38	14,55
Итого			1	0,58	0,58	14,26	68,38	14,55
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла)	30	0,32	0,02	1,90	9,09	0,89
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА К/Б (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, птица)	150	2,49	3,09	16,69	104,73	2,32
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С ПТИЦЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, соль, птица)	130	2,07	3,44	12,69	90,82	11,29
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	11,41	45,62	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,62	0,35	16,80	80,86	0,00
Итого			500	7,50	6,90	59,49	331,12	14,50
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,28	3,69	7,08	79,70	0,79
2008		ВАФЛИ (вафли)	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			165	4,28	3,69	7,08	79,70	0,79
Ужин								
2012	249	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ (рыба свежая, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль)	120	4,79	5,87	3,98	87,92	0,07
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	11,76	47,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. фарновой мука высшего сорта)	28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			298	4,79	5,87	15,74	134,92	0,07
Всего				26,94	30,80	147,08	979,75	30,56

Утверждаю

заведующая
 МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2
 Гришневая Ю.В.

МЕНЮ

17 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль)	150	4,86	5,93	18,01	145,14	0,26
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ (батон нарезной пшеница высшего сорта обог. микроэлементами)	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,24	1,83	14,45	83,79	0,39
Итого			341	9,79	13,76	50,51	365,63	0,65
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	1	0,58	0,58	14,26	68,38	14,55
Итого			1	0,58	0,58	14,26	68,38	14,55
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла)	30	0,32	0,02	1,90	9,09	0,89
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА К/Б (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, птица)	150	2,49	3,09	16,69	104,73	2,32
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С ПТИЦЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, соль, птица)	130	2,07	3,44	12,69	90,82	11,29
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	11,41	45,62	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржан-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,62	0,35	16,80	80,86	0,00
Итого			500	7,50	6,90	59,49	331,12	14,50
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,28	3,69	7,08	79,70	0,79
2008		ВАФЛИ (вафли)	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			165	4,28	3,69	7,08	79,70	0,79
Ужин								
2012	249	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ (рыба свежая, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль)	120	4,79	5,87	3,98	87,92	0,07
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	11,76	47,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. фариновой муки высшего сорта)	28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			298	4,79	5,87	15,74	134,92	0,07
Всего				26,94	30,80	147,08	979,75	30,56