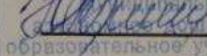


Утверждаю

заведующая

МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2

  
 Гришневая Ю.В./  
 образовательное учреждение  
 городского округа Саранск  
 "Детский сад № 59"
**МЕНЮ**

4 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшеница, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	160	5,91	7,20	26,14	193,64	0,46
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	35	2,61	1,01	17,91	91,30	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	160	2,39	2,02	19,25	105,39	0,41
Итого			363	10,99	16,87	63,38	450,33	0,87
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица, соль)	180	5,49	1,88	21,32	124,40	3,72
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ (птица, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль, лавровый лист, перец черный горошком)	55/50	1,10	2,74	6,41	55,15	1,30
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль)	120	2,67	3,38	18,62	115,76	9,10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	14,96	59,82	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	45	2,88	0,38	18,43	88,69	0,00
Итого			630	12,14	8,38	79,74	443,82	14,12
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	180	5,21	4,49	7,19	95,24	1,26
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	5,21	4,49	7,19	95,24	1,26
<b>Ужин</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ (творог 5,0% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, масло подсолнечное рафинированное)	140	18,72	12,96	16,59	261,57	0,27
2008	411	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (лимонная кислота (концентрат) на плодовых экстрактах, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	30	0,00	0,00	3,84	15,34	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	12,32	49,26	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы, формовой мука высш. сорт)	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			380	18,72	12,96	32,75	326,17	0,27
Всего				47,06	42,70	183,06	1 315,56	16,52

Утверждаю

заведующая

МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2

*Ю. В. Гришнев*  
Гришнев Ю. В.  
автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
городского округа Саранск  
"Детский сад № 59"

**МЕНЮ**

4 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,89	6,63	26,54	189,92	0,44
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 пшеничного высшего сорта обогащенный микроэлементами)	30	2,23	0,86	15,26	77,78	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	2,33	1,96	18,11	99,97	0,39
Итого			336	10,51	14,43	59,97	412,67	0,83
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КБ С ГРЕНКАМИ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица, соль)	150	4,53	1,65	17,68	103,81	3,10
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ (птица, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль, лавровый лист, перец черный горошком)	50/40	1,05	2,78	6,20	54,47	1,23
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль)	110	2,42	3,01	16,93	104,70	8,28
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	12,71	50,80	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			535	10,32	7,75	68,36	385,17	12,81
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	150	4,34	3,74	5,99	79,33	1,05
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	4,34	3,74	5,99	79,33	1,05
<b>Ужин</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ (творог 5,0% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, масло подсолнечное рафинированное)	130	17,38	12,09	15,59	244,04	0,26
2008	411	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (кисель (концентрат) на плодовых экстрактах, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	30	0,00	0,00	3,84	15,34	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	10,28	41,12	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой высшего сорта)	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			340	17,38	12,09	29,71	300,50	0,26
Всего				42,55	38,01	164,03	1 177,67	14,75