

Утверждаю

заведующая

МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2

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

МЕНЮ

2 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль)	150	5,29	6,66	26,69	188,42	0,56
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр пошехонский)	5	1,23	1,23	0,00	16,28	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	2,26	1,90	16,57	92,95	0,37
Итого			346	11,47	16,79	61,31	434,35	0,95
II Завтрак								
		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
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, говядина 1 категории, сметана 20% жирности)	150	4,72	5,57	15,96	132,97	3,26
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (птица, хлеб пшеница, фаршовой мука высш. сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, масло подсолнечное рафинированное, говядина 1 категории)	50	0,91	1,87	0,20	21,26	0,02
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль)	100	2,57	4,30	11,68	97,41	22,97
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,33	37,33	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,67	0,36	17,11	82,31	0,00
Итого			490	10,87	12,10	54,28	371,28	26,25
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,31	3,71	5,94	78,74	1,04
2012	479	ПИРОЖОК С СЮРПРИЗОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, яйца куриные (шт.), мармелад)	50	5,15	3,39	29,21	167,67	0,07
Итого			200	9,46	7,10	35,15	246,41	1,11
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ (мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, виноград сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	120	17,93	11,45	24,63	276,47	0,25
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеница, фаршовой мука высш. сорт)	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			295	17,93	11,45	34,31	315,17	0,25
Всего				48,73	46,44	185,05	1 367,21	28,56

Утверждаю

заведующая

МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2

Гришневая Ю.В./

автономное дошкольное
образовательное учреждение
городского округа Саранск
"Детский сад № 59"

МЕНЮ

2 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль)	160	5,88	7,26	29,20	206,36	0,62
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр пошехонский)	8	1,74	1,75	0,00	23,05	0,05
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ (батон нарезной пшк. мука высш. сорт. обог. микроэлементами)	40	2,91	1,12	19,93	101,57	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	160	2,46	2,08	17,52	99,27	0,42
Итого			374	13,05	17,19	66,71	475,25	1,09
II Завтрак								
		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
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, говядина 1 категории, сметана 20% жирности)	180	5,58	6,80	19,13	160,21	3,91
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (птица, хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, масло подсолнечное рафинированное, говядина 1 категории)	60	1,10	2,28	0,23	25,81	0,02
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль)	120	2,81	4,49	12,60	103,70	25,05
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,47	45,85	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,33	0,44	21,33	102,61	0,00
Итого			590	12,82	14,01	64,76	438,18	28,98
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	180	5,17	4,46	7,13	94,50	1,25
2012	479	ПИРОЖОК С СЮРПРИЗОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, яйца куриные (шт.), мармелад)	70	6,99	4,79	40,78	233,96	0,10
Итого			250	12,16	9,25	47,91	328,46	1,35
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ (мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, соль, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, виноград сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	130	20,60	13,22	28,40	318,64	0,30
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			340	20,60	13,22	40,02	365,08	0,30
Всего				58,63	53,67	219,40	1 606,97	31,72