

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 3 "Солнышко"

/Пашков А.В./

**МЕНЮ**

12 декабря 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
1996	161	* СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * макаронные изделия (вермишель), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	150	4,73	4,06	15,39	117,39	0,62
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,17	3,40	14,19	103,59	0,70
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	31/5	2,43	5,08	16,83	124,31	0,00
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>11,33</b>	<b>12,54</b>	<b>46,41</b>	<b>345,29</b>	<b>1,32</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	135	0,54	0,54	13,23	63,45	21,60
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>0,54</b>	<b>0,54</b>	<b>13,23</b>	<b>63,45</b>	<b>21,60</b>
<b>Обед</b>								
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина окорок д/п, * яйца куриные (шт.), * петрушка сушеная)	150/20	5,55	4,59	11,71	110,81	5,87
1996	131,11 4	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.говяд. д/п, * яйца куриные (шт.), * петрушка сушеная)	150/20	5,92	3,65	12,22	105,73	6,65
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (* полуфабр.говяд. д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	60	9,37	8,78	3,28	129,69	0,60
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, **масло сладко-сливочное несоленое, * морковь, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	120	2,81	3,39	11,63	89,70	25,47
1996	таб№ 24	* ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (* томаты парниковые)	40	0,44	0,08	1,53	9,67	10,08
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ С (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,50	0,03	6,89	30,24	35,16
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>20,65</b>	<b>17,20</b>	<b>48,42</b>	<b>431,91</b>	<b>77,18</b>
<b>Полдник</b>								
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ЯЙЦОМ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	150/20	5,13	17,22	14,81	235,18	8,02
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок фруктовый для детского питания (125мл))	125	0,00	0,00	15,00	60,00	2,50
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	16	1,20	0,42	8,38	42,82	0,00
<b>Итого</b>			<b>311</b>	<b>6,33</b>	<b>17,64</b>	<b>38,19</b>	<b>338,00</b>	<b>10,52</b>
<b>Всего</b>				<b>38,85</b>	<b>47,92</b>	<b>146,25</b>	<b>1 178,65</b>	<b>110,62</b>