

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 3 "Солнышко"

/Пашков А.В./

МЕНЮ

15 октября 2024 г.

Ясли 10 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, * соль йодированная, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * крупа пшеничная)	150	3,97	2,10	16,33	99,90	0,41
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, * какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	175	4,07	3,31	14,03	101,89	0,69
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	36/5	2,83	4,90	19,61	135,56	0,00
Итого			366	10,87	10,31	49,97	337,35	1,10
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	106	2,76	2,66	11,69	81,81	0,74
Итого			106	2,76	2,66	11,69	81,81	0,74
Обед								
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С КУРОЙ (* картофель, * горох лущеный, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	150/20	7,72	5,46	11,53	126,31	3,09
1996	387 553	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говядья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * томатная паста)	50/50	13,55	10,14	6,88	173,36	10,07
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая , вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	110	2,64	3,12	28,92	147,02	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	50	0,35	0,05	1,24	6,93	4,95
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С (вода питьевая, * смесь компотная из замороженных ягод, * сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,06	0,09	2,73	12,75	36,11
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	18	1,41	0,49	9,82	50,19	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	39	2,56	0,43	17,28	79,83	0,00
Итого			637	28,29	19,78	78,40	596,39	54,22
Полдник								
1996	665 695 734	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, * ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	50	6,22	3,10	18,16	125,70	0,10
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	240	3,60	1,20	50,45	230,64	24,03
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок фруктовый для детского питания (125мл))	125	0,00	0,00	15,00	60,00	2,50
Итого			415	9,82	4,30	83,61	416,34	26,63
Всего				51,74	37,05	223,67	1 431,89	82,69