



МЕНЮ 13 ноября 2024 г. Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (сметана 10% жирности, соль йодированная, сахар 5.0% жирности, яйца куриные, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочное несоленое, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сливочное рафинированное)	120	18,79	13,59	19,88	280,93	0,23
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное несоленое, сметана 10% жирности, яйца сорт, вода питьевая, соль йодированная, сахар 10% жирности, сахар песок)	50	0,69	3,44	3,59	56,17	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	200	3,08	2,43	14,81	94,03	0,52
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб ржаной, белок куриный, сыр мука, яйца сорт убой, маргариновый)	35	4,20	3,67	12,85	101,83	0,07
Итого			405	26,76	23,13	50,93	532,96	0,84
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (сметана 2.5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (огурцы свежие, капуста белокочанная, помидоры свежие, масло сливочное рафинированное, соль йодированная)	60	0,72	3,07	2,10	39,36	14,89
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макароны высшего сорта, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, специи 1 категории, соль йодированная)	180	4,73	3,50	13,61	105,06	3,70
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,78	2,26	18,95	107,48	9,21
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (печень куриная, риса белый, лук репчатый, масло сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	70	9,04	2,98	7,86	103,81	6,50
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сиропный агарозный без косточек (курага), сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,77	0,05	22,55	94,29	0,24
	TK NM003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный (убой, маргариновый))	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			645	19,74	12,06	75,67	501,00	34,54
Уплотненный полдник								
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (свиная 1 категория, морковь, картофель, помидоры свежие, лук репчатый, вода питьевая высшего сорта, лук репчатый, масло сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	130	11,52	9,61	15,22	193,35	6,82
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (яйца куриные высшего сорта, сахар песок, масло сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2.5% жирности, дрожжи, соль йодированная, вода питьевая)	60	5,06	2,22	30,26	161,08	0,12
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный-фаршковый (убой высшего сорта))	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный (убой, маргариновый))	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			550	29,43	17,56	113,77	733,37	19,84
Всего				78,93	53,85	244,57	1 807,33	55,52



Утверждаю

Заведующий
МБДОУ детский сад "Северное сияние"
/С.А. Алгинкина/**МЕНЮ**
13 ноября 2024 г.
Если 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (творог 5.0% жирности, соль йодированная, крупы манная, сахар мелкий, вода куриная (шт.) 1, масло сливочно-сливочное сливочное, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2.5% жирности)	110	16,21	12,15	17,19	247,10	0,19
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (СПАДКИЙ) (масло сливочно-сливочное сливочное, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, сахар песок)	30	0,52	2,73	2,71	44,27	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,76	2,18	13,14	83,88	0,47
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшени. мука высшего сорта обог. микроэлементами)	30	3,07	2,25	12,85	84,25	0,04
Итого			350	22,56	19,31	45,89	459,50	0,72
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (сметана 2.5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (огурцы свежие, капуста белокочанная, помиды свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,45	2,04	1,33	25,94	9,69
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высшего сорта, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочно-сливочное сливочное, томатная паста, вода питьевая, пшеница 1 категории, соль йодированная)	150	3,80	2,63	11,23	84,00	3,07
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сливочно-сливочное сливочное, соль йодированная)	110	2,35	1,85	15,96	90,16	7,76
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (печень свиная, крупы рисовая, лук репчатый, масло сливочно-сливочное сливочное, вода куриная (шт.) 1, соль йодированная)	50	6,52	2,21	5,58	75,00	4,63
2012	380	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сусло из абрикос без косточки (курага), сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	150	0,67	0,04	19,22	80,46	0,21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (сдоба ржаная пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,30	0,16	8,50	41,30	0,00
Итого			520	15,09	8,93	61,82	396,86	25,36
Уплотненный полдник								
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (говядина 1 категория, морковь, картофель, горошек зеленый консерв., мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло сливочно-сливочное сливочное, вода питьевая, соль йодированная)	110	9,32	7,37	12,82	154,78	5,74
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное сливочное, вода куриная (шт.) 1, молоко пастер. 2.5% жирности, дрожжи, соль йодированная)	50	4,67	1,89	27,88	147,22	0,10
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) (банан)	95	1,42	0,47	19,94	91,17	9,50
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (сдоба пшеничная формовая мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (сдоба ржаная пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			465	24,00	13,80	96,17	607,26	16,12
Всего				64,65	43,04	208,08	1 503,62	42,70