Согласовано

Заведующий
МДОУ № 12 "Полянка"
_____ /КАСЬЯНОВА Н.В./

МЕНЮ

27 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	220	5,4	4,2	22,6	150	0,3
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	220	2,1	0,3	17,7	82	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер 3,2 % жирности, сахар песок)	180	2,8	3	16,1	103	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,8	48	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			442	10,6	17,6	54,3	418	0,5
II Завтрак								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (черная смородина протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			7	3	1
Итого			150			7	3	1
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	210	1,5	2,2	7,8	58	7
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории , морковь, лук репчатый, соль йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2010	57	КАРТОФЕЛЬ. ТУШЁНЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории , картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	200	10,2	9,2	22	212	10,8
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180			13,6	24	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	48	3,2	0,6	19	95	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			663	18,7	14,3	70,1	456	19,04
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3,2 % жирности)	179	5,4	4,6	8,9	102	2,49
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко -сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт), ванилин)	70	8,9	6,7	66	359	0
Итого			249	14,3	11,3	74,9	461	2,49
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер 3,2 % жирности, крупа манная, яйца куриные (шт), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	180	25	16,6	20,7	332	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) (говядина 1 категории , масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	180	11,5	12,9	37,7	313	1,2
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	75	1,6	3,5	10	78	0,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			450	27,8	20,5	48,6	488	0,1
Всего				71,4	63,7	254,9	1826	23,13

Заведующий _____ КАСЬЯНОВА Н.В.

Шеф повар (зав. производством) _____ ВЕЛЬГЕР С.В.

Согласовано

Зав дующий
МДОУ № 12 "Полянка"
_____ /КАСЬЯНОВА Н.В./

МЕНЮ

27 ноября 2023 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								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	4,5	3,4	18,6	123	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	1,9	0,3	17,4	80	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)	160	2,5	2,6	13,3	87	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1		9,8	39	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			375	9	14,5	44,9	346	0,4
II Завтрак								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (черная смородина протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	130			5,8	3	0,8
Итого			130			5,8	3	0,8
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	1,4	1,7	6,9	48	4,9
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории , морковь, лук репчатый, соль йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2010	57	КАРТОФЕЛЬ. ТУШЁНЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории , картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	180	9,2	8,3	19,8	192	9,7
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			11,9	23	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	11,8	59	0
Итого			530	15,3	12,3	50,4	350	15,64
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	150	4,5	3,9	7,5	85	2,09
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко -сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), ванилин)	65	8,2	6,3	61,2	333	0
Итого			215	12,7	10,2	68,7	418	2,09
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	150	20,8	13,9	17,3	277	0
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ (аллергики) (говядина 1 категории , масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	145	9,7	11	30,3	259	1,3
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	50	1,1	2,3	6,8	52	0,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			375	23,1	16,6	41,1	403	0,1
Всего				60,1	53,6	210,9	1520	19,03

Заведующий _____ КАСЬЯНОВА Н.В.

Шеф повар (зав. производством) _____ ВЕЛЬГЕР С.В.