

Утверждаю



заведующий

МДОУ №39

Смирнова Ирина Сергеевна/

**МЕНЮ**

6 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
1994	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	3,89	2,19	17,41	104,90	0,44
1997	26	БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой)	25	1,96	0,24	12,00	58,18	0,00
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,03	4,16	0,04	37,73	0,00
1994	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	3,85	3,11	16,52	110,37	0,67
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,73</b>	<b>9,70</b>	<b>45,97</b>	<b>311,18</b>	<b>1,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	368	ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,50	0,50	12,35	59,23	5,20
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,50</b>	<b>0,50</b>	<b>12,35</b>	<b>59,23</b>	<b>5,20</b>
<b>Обед</b>								
1994	132	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ (свинина мясная, капуста белокочанная, картофель, горошек зеленый консервы, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	180	3,77	8,36	8,18	123,29	6,38
2004	482	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ (говяжья печень, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт)	120/30	16,11	18,51	14,55	305,51	11,15
1997	27	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,57	0,34	16,45	79,13	0,00
1994	588	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>22,45</b>	<b>27,21</b>	<b>50,80</b>	<b>554,37</b>	<b>17,53</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2015	35	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, батон простой, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	9,84	11,16	11,55	185,94	0,38
1994	273,46 9	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,50	3,73	28,75	166,72	0,00
1997	26	БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой)	25	1,96	0,24	12,00	58,18	0,00
1994	627, ТТК	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,06	0,00	9,03	36,38	0,01
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>16,36</b>	<b>15,13</b>	<b>61,33</b>	<b>447,22</b>	<b>0,39</b>
<b>Всего</b>				<b>49,04</b>	<b>52,54</b>	<b>170,45</b>	<b>1 372,00</b>	<b>24,23</b>



Утверждаю

заведующий  
МДОУ №39  
Смирнова Ирина Сергеевна/

**МЕНЮ**  
**6 февраля 2025 г.**  
**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
1994	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	200	5,15	2,91	22,76	137,85	0,58
1997	26	БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой)	30	2,33	0,29	14,29	69,26	0,00
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,59	0,06	50,69	0,00
1994	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	4,29	3,46	18,37	122,71	0,74
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>11,80</b>	<b>12,25</b>	<b>55,48</b>	<b>380,51</b>	<b>1,32</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	368	ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,50	0,50	12,36	59,26	5,20
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,50</b>	<b>0,50</b>	<b>12,36</b>	<b>59,26</b>	<b>5,20</b>
<b>Обед</b>								
1994	132	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ (свинина мясная, капуста белокочанная, картофель, горошек зеленый консервы, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	4,18	9,05	9,03	134,66	6,96
2004	482	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ (говяжья печень, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт)	150/40	19,22	22,60	17,26	368,99	13,35
1997	27	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
1994	588	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	13,92	55,66	0,00
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>26,61</b>	<b>32,08</b>	<b>60,77</b>	<b>658,23</b>	<b>20,31</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2015	35	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, батон простой, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	70	11,41	12,75	13,36	213,79	0,45
1994	273,46 9	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	5,31	4,40	33,95	196,87	0,00
1997	26	БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой)	30	2,33	0,29	14,29	69,26	0,00
1994	627, ТТК	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,08	0,00	10,64	42,82	0,02
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>19,13</b>	<b>17,44</b>	<b>72,24</b>	<b>522,74</b>	<b>0,47</b>
<b>Всего</b>				<b>58,04</b>	<b>62,27</b>	<b>200,85</b>	<b>1 620,74</b>	<b>27,30</b>