

Согласовано

М/

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

Заведующий

/В.Н. Антонов/



**МЕНЮ**  
13 декабря 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, крупа перловая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	160	4,32	4,92	20,56	144,51	0,40
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30/9	2,30	8,30	15,49	145,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	200	2,64	2,17	11,25	75,72	0,47
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>9,26</b>	<b>15,39</b>	<b>47,30</b>	<b>366,15</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>	<b>0,80</b>
<b>Обед</b>								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, свекла, куры потрош. 1 категории, морковь, лук репчатый, томатная паста, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, лавровый лист)	180	4,86	8,05	10,62	139,07	5,61
2012	291	РУЛЕТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯДИНЫ (картофель, говяжья печень, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	11,10	5,57	21,91	192,74	17,42
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	180	0,00	0,00	6,21	24,81	20,00
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>19,27</b>	<b>14,06</b>	<b>59,94</b>	<b>458,60</b>	<b>43,03</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "СЮРПРИЗ" С МАРМЕЛАДОМ (мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, мармелад фруктово-ягодный формовой, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, дрожжи, соль йодированная)	50	4,84	4,83	33,92	198,74	0,05
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,47</b>	<b>9,68</b>	<b>43,23</b>	<b>303,50</b>	<b>1,09</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	50	0,95	4,45	3,85	59,49	3,50
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	120	4,49	2,46	28,74	155,20	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,10	2,60	11,02	80,80	0,52
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,36</b>	<b>9,82</b>	<b>68,70</b>	<b>413,90</b>	<b>4,02</b>
<b>Всего</b>				<b>51,85</b>	<b>49,05</b>	<b>228,97</b>	<b>1 583,86</b>	<b>49,81</b>