

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./



# МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко пастер. 3,2% жирности, *рис, вода питьевая, *сахар, * соль, *масло сливочное 72,5%)	180/3	5,32	5,59	29,11	188,74	0,44
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	180	4,44	4,50	18,16	131,98	0,76
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	7	0,04	5,79	0,06	52,47	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,20</b>	<b>16,18</b>	<b>62,06</b>	<b>444,59</b>	<b>1,20</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	* СНЕЖОК (*снежок 2,5%)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
	TKN№0 18	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>7,92</b>	<b>8,36</b>	<b>42,46</b>	<b>246,30</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, *сахар, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	2,14	3,89	12,02	92,33	8,56
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль, *чеснок)	130	15,31	19,51	20,04	316,74	0,10
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,83	3,18	2,76	43,14	0,02
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	180	0,18	0,05	14,06	58,43	1,42
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>21,11</b>	<b>26,98</b>	<b>65,84</b>	<b>592,22</b>	<b>10,10</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко пастер. 3,2% жирности, *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные)	150	27,07	17,18	25,31	369,25	0,38
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	30	0,58	1,57	3,92	32,04	0,08
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,02	36,64	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>30,19</b>	<b>19,05</b>	<b>52,98</b>	<b>509,33</b>	<b>0,49</b>
<b>Всего</b>				<b>71,42</b>	<b>70,57</b>	<b>223,34</b>	<b>1 792,44</b>	<b>12,29</b>

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./



# МЕНЮ

9 апреля 2024 г.  
Ясли 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>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко пастер. 3,2% жирности, *рис, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	4,49	4,51	24,71	157,93	0,37
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	150	3,73	3,81	15,11	110,60	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	5,04	0,05	45,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>10,25</b>	<b>13,61</b>	<b>52,15</b>	<b>373,73</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	* СНЕЖОК (*снежок 2,5%)	150	4,07	3,64	6,57	82,23	0,42
	ТК№018	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>7,10</b>	<b>7,63</b>	<b>41,15</b>	<b>229,86</b>	<b>0,42</b>
<b>Обед</b>								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, *сахар, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,78	3,39	10,19	79,04	7,18
2010	64	*«ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль, *чеснок)	120	14,19	18,04	18,45	292,68	0,09
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,81	3,19	2,62	42,63	0,03
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	150	0,16	0,04	11,72	48,69	1,19
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>18,93</b>	<b>24,92</b>	<b>55,70</b>	<b>524,23</b>	<b>8,49</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко пастер. 3,2% жирности, *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные)	110	19,72	12,44	18,45	268,11	0,27
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	20	0,41	1,21	2,84	23,92	0,05
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,69	31,03	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>21,81</b>	<b>13,85</b>	<b>38,80</b>	<b>370,66</b>	<b>0,34</b>
<b>Всего</b>				<b>58,09</b>	<b>60,01</b>	<b>187,80</b>	<b>1 498,48</b>	<b>10,26</b>

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.