

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

20 августа 2024 г.

Сад 12



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,71	6,31	17,85	147,66	0,47
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	4	0,02	3,46	0,03	31,33	0,00
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			397	7,27	10,07	41,60	286,91	0,50
II Завтрак								
	TKN№0 20	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,60	3,82	6,68	68,05	8,70
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (* печень говяжья, *яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль)	70	16,14	7,70	2,36	160,49	10,66
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *соль)	150	3,24	5,31	18,56	135,51	8,62
	TKN№0 15	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	180	0,73	0,27	20,37	98,36	72,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			650	24,60	17,45	65,71	548,19	101,18
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные, * джем)	150/20	26,70	16,87	39,03	417,48	3,56
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,07	0,00	8,86	35,69	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	29,17	17,17	62,62	524,57	3,58
Всего				62,54	45,19	190,93	1 455,67	109,28

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

20 августа 2024 г.

Ясли 12



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	150/2	4,00	5,02	15,24	122,60	0,40
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,30	29,53	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,02	0,25	12,40	60,12	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,99	0,05	45,25	0,00
Итого			333	6,13	10,26	34,99	257,50	0,42
II Завтрак								
	ТК№0 20	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,34	3,34	5,61	58,37	7,23
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (* печень говяжья, *яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль)	60	13,75	6,55	2,05	136,93	9,09
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *соль)	130	2,81	4,64	16,07	117,70	7,47
	ТК№0 15	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	20	0,16	0,00	0,52	2,80	0,80
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	150	0,62	0,23	17,14	82,85	61,04
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			540	20,67	15,02	54,11	459,84	85,63
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные, * джем)	110/20	20,30	12,86	29,68	317,56	2,71
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,06	0,00	7,26	29,28	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	21,96	13,06	46,76	394,44	2,72
Всего				50,26	38,84	156,86	1 207,78	92,79

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.