

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

23 августа 2024 г.

Сад 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,68	5,84	19,09	148,35	0,54
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,07	36,79	0,03
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	5,78	0,06	52,36	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,89	4,43	0,27	60,49	0,00
Итого			440	12,15	16,35	43,22	369,39	0,57
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	180	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Итого			180	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Обед								
2010	8	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (*картофель, * перловка, *морковь, *лук , *огурцы консервированные, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	2,15	4,08	13,79	101,03	5,57
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ МЯСА (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль , * мясо свинина)	70	12,38	28,45	2,25	314,67	0,07
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 72,5%)	130	5,36	4,26	34,23	196,79	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			600	22,54	37,14	78,85	740,51	5,64
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	26,78	16,95	39,09	418,79	3,56
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,07	36,79	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	29,32	17,25	62,89	526,98	3,59
Всего				64,96	70,98	202,70	1 714,61	11,24

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

23 августа 2024 г.

Ясли 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	150/2	3,96	4,58	15,96	121,50	0,46
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,06	0,00	7,52	30,29	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,02	0,25	12,42	60,19	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,85	0,05	43,98	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
Итого			373	11,03	14,17	36,22	317,25	0,47
II Завтрак								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	150	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Итого			150	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Обед								
2010	8	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (*картофель, * перловка, *морковь, *лук , *огурцы консервированные, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,77	3,59	11,43	85,65	4,62
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ МЯСА (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль , * мясо свинина)	60	10,79	24,67	2,23	274,24	0,06
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 72,5%)	110	4,54	3,59	28,99	166,56	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,54	34,13	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			500	19,09	32,11	63,91	621,77	4,68
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	19,97	12,71	29,19	313,00	2,72
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,56	30,58	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	21,65	12,91	46,57	391,18	2,74
Всего				52,57	59,39	161,52	1 395,14	9,09

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.