

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 29"
/Молчанова Ю.А./**МЕНЮ**
28 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *макаронные изделия , *сахар , *соль)	180	5,03	4,03	17,28	126,50	0,64
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,98	36,45	0,03
2008		*БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	15	3,37	4,28	0,00	52,82	0,04
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	7	0,03	5,77	0,06	52,28	0,00
Итого			412	10,97	14,38	41,05	339,45	0,71
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								
2012	77	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С КУРОЙ (*картофель, *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *яйца куриные (шт.), * зелень сушеная, * филе грудки куриной)	180	7,88	8,20	13,93	161,14	7,44
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки куриной, ** филе бедра куриной, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	70	15,10	17,47	12,53	267,52	0,52
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста , *масло сливочное 72,5%, *морковь, *лук , *томатная паста, *мука , *сахар , *лавровый лист, *соль)	150	3,77	5,01	15,89	126,29	32,97
	ТК№0 14	* ПОМИДОР СВЕЖИЙ (*томаты грунтовые)	40	0,40	0,10	1,52	9,60	4,00
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	180	0,73	0,27	20,39	98,41	71,82
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			660	30,53	31,40	81,22	744,54	116,75
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	180	4,81	2,90	19,65	124,42	0,36
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,98	36,45	0,03
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (*мука , *сахар , *масло сливочное 72,5%, *яйца куриные (шт.), *соль , *дрожжи сухие, вода питьевая, *масло подсолнечное)	50	3,30	6,20	27,90	180,00	0,00
Итого			410	8,25	9,10	56,53	340,87	0,39
Всего				50,70	55,12	196,54	1 502,59	119,29

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

28 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *макаронные изделия, *сахар, *соль)	150	4,18	3,36	14,34	105,26	0,54
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,60	30,68	0,02
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	10	2,27	2,88	0,00	35,55	0,03
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,92	0,05	44,58	0,00
Итого			341	8,56	11,41	34,27	275,57	0,59
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								
2012	77	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С КУРОЙ (*картофель, *морковь, *лук, *масло подсолнечное, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), * зелень сушеная, * филе грудки куриной)	150	5,90	6,18	11,60	125,69	6,14
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки куриной, ** филе бедра куриной, * батон, вода питьевая, *сухари панировочные, *соль, *масло подсолнечное)	60	12,95	14,99	10,82	229,78	0,44
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста, *масло сливочное 72,5%, *морковь, *лук, *томатная паста, *мука, *сахар, *лавровый лист, *соль)	130	3,26	4,33	13,63	108,69	28,55
	ТК№0 14	* ПОМИДОР СВЕЖИЙ (*томаты грунтовые)	30	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник, *изюм, *сахар, вода питьевая)	150	0,61	0,23	16,92	81,73	60,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			550	25,01	26,07	66,83	614,28	98,13
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар, *соль)	150	3,78	2,16	16,00	98,81	0,26
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,60	30,68	0,02
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (*мука, *сахар, *масло сливочное 72,5%, *яйца куриные (шт.), *соль, *дрожжи сухие, вода питьевая, *масло подсолнечное)	50	3,30	6,20	27,90	180,00	0,00
Итого			350	7,16	8,36	51,50	309,49	0,28
Всего				41,53	46,04	167,42	1 264,28	100,20

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.