

Утверждаю

Заведующий

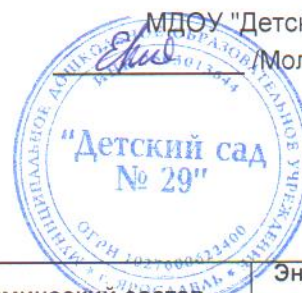
МДОУ "Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

13 декабря 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	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*пшеничная, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	180	4,46	2,93	18,71	119,70	0,45
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,03	36,67	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,91	4,45	0,27	60,72	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	6	0,04	4,81	0,05	43,60	0,00
Итого			436	11,95	12,49	42,79	332,09	0,48
II Завтрак								
2012	401	* СНЕЖОК (*снежок 2,5%)	180	4,84	4,33	7,80	97,68	0,50
Итого			180	4,84	4,33	7,80	97,68	0,50
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (* сардина консервы, *картофель, *морковь, *лук , *рис, вода питьевая, *масло подсолнечное)	180	6,78	2,42	12,76	100,17	4,99
2012	298	*ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (*капуста , *рис, *лук , *масло сливочное 82,5%, *яйца куриные (шт.), * мясо свинина)	130	9,68	18,23	17,67	274,41	14,47
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15% , *мука , вода питьевая, *соль)	40	0,84	3,19	2,83	43,55	0,02
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,63	46,52	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			560	19,29	24,10	57,61	525,84	19,48
Уплотненный полдник								
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	5,37	4,29	34,23	197,07	0,00
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	30	6,74	8,57	0,00	105,82	0,08
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар , *лимон)	180	0,15	0,00	9,07	37,07	0,22
2008		*БАТОН (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			370	14,66	13,16	58,03	411,36	0,30
Всего				50,74	54,08	166,23	1 366,97	20,76

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ «Детский сад № 29»
/Молчанова Ю.А./**МЕНЮ**
13 декабря 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	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*пшеничная, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	150	3,81	2,51	15,70	101,12	0,39
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,06	0,00	7,57	30,50	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,03	0,25	12,46	60,42	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82.5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			370	10,89	11,26	36,04	289,61	0,40
II Завтрак								
2012	401	* СНЕЖОК (*снежок 2,5%)	150	4,04	3,60	6,50	81,40	0,42
Итого			150	4,04	3,60	6,50	81,40	0,42
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (* сардина консервы, *картофель, *морковь, *лук , *рис, вода питьевая, *масло подсолнечное)	150	5,72	2,47	10,72	88,24	4,17
2012	298	*ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (*капуста , *рис, *лук , *масло сливочное 82.5%, *яйца куриные (шт.), * мясо свинина)	120	8,83	16,78	16,15	251,91	13,37
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15% , *мука , вода питьевая, *соль)	30	0,63	2,38	2,11	32,54	0,02
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,93	35,73	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			470	16,50	21,81	46,39	449,21	17,56
Уплотненный полдник								
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82.5%)	110	4,53	3,60	28,97	166,62	0,00
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	20	4,54	5,77	0,00	71,18	0,06
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ (*чай , вода питьевая, *сахар , *лимон)	150	0,08	0,00	7,61	30,84	0,09
2008		*БАТОН (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	10,75	9,57	46,40	316,24	0,15
Всего				42,18	46,24	135,33	1 136,46	18,53

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.