

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

17 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	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль)	180	4,70	3,91	17,85	126,03	0,47
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,96	36,41	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	6	0,04	4,78	0,05	43,39	0,00
Итого			396	7,28	8,99	41,59	277,23	0,50
II Завтрак								
	ТК№0 20	* ЯБЛОКО (*яблоко)	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,60	3,84	6,68	68,34	8,71
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (* печень говяжья, *яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн. , *масло сливочное 82,5%, *мука , вода питьевая, *соль)	70	16,16	6,95	2,39	153,86	10,65
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн. , *масло сливочное 82,5%, *соль)	160	3,45	5,05	19,78	138,86	9,19
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	180	0,73	0,27	20,40	98,54	72,15
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			620	23,93	16,37	61,97	520,79	100,70
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.) , *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5%, *сахари панировочные, * джем)	130/20	23,60	14,52	34,54	365,66	3,13
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,07	0,00	8,83	35,58	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			360	26,07	14,82	58,10	472,64	3,15
Всего				57,67	40,57	171,17	1 316,25	108,35

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 29"
/Молчанова Ю.А./**МЕНЮ**
17 декабря 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)	150	3,98	3,33	15,45	108,23	0,40
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,90	31,92	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			330	6,09	7,59	35,67	235,93	0,42
II Завтрак								
	ТК№0 20	* ЯБЛОКО (*яблоко)	100	0,39	0,39	9,54	45,74	4,01
Итого			100	0,39	0,39	9,54	45,74	4,01
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,32	3,66	5,61	61,11	7,31
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (* печень говяжья, *яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *мука , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	60	13,99	6,63	2,01	138,34	9,13
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *соль)	150	3,25	5,31	18,56	135,51	8,62
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	150	0,61	0,23	17,00	82,04	60,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			530	20,49	16,01	51,66	457,79	85,06
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5%, *сухари панировочные, * джем)	110/20	19,83	11,82	29,25	304,58	2,67
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,06	0,00	7,87	31,68	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	21,49	12,02	46,94	383,86	2,68
Всего				48,46	36,01	143,81	1 123,32	92,17

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.