

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

18 декабря 2024 г.

Ясли 12



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая 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	3,83	2,50	15,73	101,22	0,39
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,41	3,64	14,90	107,12	0,58
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	26	2,04	0,26	12,55	60,82	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			331	9,31	10,41	43,22	305,44	0,97
II Завтрак								
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	120	0,04	0,00	4,39	17,72	0,01
2008		*ПРЯНИК (*пряник)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			150	1,81	1,41	26,89	127,52	0,01
Обед								
2012	56	* СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *свекла, *морковь, *лук, *масло подсолнечное , *сахар , вода питьевая, *соль , *сметана 15%)	150	1,68	3,98	11,30	87,78	4,76
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* Филе грудки куриной, ** Филе бедра куриной, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	60	12,97	15,65	10,73	235,39	0,44
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	120	5,00	3,70	31,94	181,22	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,60	34,41	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			500	20,97	23,51	71,05	579,59	5,20
Уплотненный полдник								
2010	51	* КОТЛЕТА РЫБНАЯ (*Филе минтая, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	60	9,61	3,80	8,62	107,19	0,10
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	110	3,16	2,67	33,23	169,62	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар , *лимон)	150	0,10	0,00	7,72	31,38	0,13
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			340	14,47	6,67	59,39	355,79	0,23
Всего				46,56	42,00	200,55	1 368,34	6,41

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.