

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

20 декабря 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)	180	4,66	3,43	19,04	126,47	0,54
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,02	36,63	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	4,82	0,05	43,68	0,00
Итого			396	7,24	8,55	42,84	278,18	0,57
II Завтрак								
		*НАПИТОК "Витошка" (*напиток "витошка")	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2010	8	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (*картофель, * перловка, *морковь, *лук, *огурцы консервированные, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	2,16	4,06	13,83	100,97	5,55
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ МЯСА (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *мука, вода питьевая, *соль, *мясо свинина)	70	12,41	28,00	2,25	310,77	0,07
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия, вода питьевая, *соль, *масло сливочное 82,5%)	130	5,36	3,81	34,22	192,80	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,66	46,60	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			590	21,92	36,13	74,68	712,33	5,62
Уплотненный полдник								
2010	33	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*рис, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 82,5%)	180	3,78	5,80	23,28	161,13	0,40
2016	202	*МАННИК (*мука, *сахар, *яйца куриные (шт.), *масло подсолнечное, *сахари панировочные, *манка, *кефир, *сода, *ванилин)	50	2,76	1,17	23,56	115,66	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,02	36,63	0,03
Итого			410	6,68	6,97	55,86	313,42	0,47
Всего				35,84	51,65	173,38	1 303,93	6,66

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

20 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	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	150	3,94	2,93	15,92	106,57	0,46
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
2008		*БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ (* 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	6,02	7,19	35,62	231,98	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	1,74	3,10	11,14	79,94	4,61
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ МЯСА (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *мука , вода питьевая, *соль , * мясо свинина)	60	10,57	24,30	2,37	270,56	0,06
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	110	4,56	3,03	29,09	162,02	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,47	33,86	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			490	18,19	30,61	59,55	587,17	4,67
Уплотненный полдник								
2010	33	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*рис, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5%)	180	3,80	5,64	22,87	157,97	0,40
2016	202	*МАННИК (*мука , *сахар , *яйца куриные (шт.), *масло подсолнечное , *сухари панировочные, *манка, *кефир , *сода, *ванилин)	55	3,09	2,31	24,99	133,01	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,43	29,93	0,02
Итого			385	6,97	7,95	55,29	320,91	0,46
Всего				31,98	45,95	165,28	1 205,00	6,80

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.