

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

24 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар , *соль)	180	5,31	3,21	29,11	167,18	0,44
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,44	4,50	18,17	132,03	0,76
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	4,80	0,05	43,53	0,00
Итого			396	12,19	12,81	62,06	414,14	1,20
II Завтрак								
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,06	0,00	5,75	23,17	0,01
	ТК№0 18	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
Итого			190	3,09	3,99	40,33	170,80	0,01
Обед								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , *сахар , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	2,14	3,90	12,02	92,42	8,56
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина , *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль , *лук)	130	15,26	19,52	19,82	315,85	0,27
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15% , *мука , вода питьевая, *соль)	40	0,83	3,18	2,78	43,24	0,02
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар , вода питьевая)	180	0,18	0,05	14,05	58,36	1,42
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			560	20,40	26,91	61,39	571,06	10,27
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9% , *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5%, *сухари панировочные)	150	27,09	17,18	25,35	369,26	0,38
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *мука , вода питьевая, *сахар , *ванилин)	30	0,59	1,57	3,98	32,36	0,08
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			390	30,22	19,05	53,05	509,54	0,49
Всего				65,90	62,76	216,83	1 665,54	11,97

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./



МЕНЮ

24 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар , *соль)	150	4,51	2,75	24,68	141,95	0,37
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,72	3,81	14,94	109,86	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,04	0,25	12,50	60,58	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			330	10,30	10,82	52,16	348,67	1,01
II Завтрак								
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	120	0,04	0,00	4,48	18,03	0,01
	ТК№0 18	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
Итого			160	3,07	3,99	39,06	165,66	0,01
Обед								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , *сахар , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,77	3,51	10,29	80,53	7,17
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина , *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль , *лук)	120	14,14	18,02	18,53	292,88	0,22
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15% , *мука , вода питьевая, *соль)	40	0,81	3,21	2,59	42,70	0,03
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар , вода питьевая)	150	0,16	0,04	11,75	48,83	1,20
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			480	18,20	24,96	51,64	505,73	8,62
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9% , *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5% , *сухари панировочные)	110	19,76	12,27	19,32	270,26	0,27
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5% , *мука , вода питьевая, *сахар , *ванилин)	20	0,39	1,05	2,85	22,40	0,05
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,19	29,00	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	21,82	13,52	39,18	369,26	0,34
Всего				53,39	53,29	182,04	1 389,32	9,98

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.