

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

25 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *макаронные изделия , *сахар , *соль)	180	5,03	4,03	17,30	126,57	0,64
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,03	36,68	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	4,80	0,05	43,53	0,00
Итого			396	7,61	9,13	41,11	278,18	0,67
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								
2012	77	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С КУРОЙ (*картофель, *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *яйца куриные (шт.), * зелень сушеная, * филе грудки куриной)	180	7,86	8,19	13,93	161,09	7,44
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки куриной, ** филе бедра куриной, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	70	15,10	17,46	12,52	267,49	0,52
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста , *масло сливочное 82,5%, *морковь, *лук , *томатная паста, *мука , *сахар , *лавровый лист, *соль)	150	3,79	4,99	15,88	126,15	32,99
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	180	0,73	0,27	20,43	98,59	72,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			610	29,47	31,17	75,48	714,51	112,95
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	180	4,81	2,90	19,58	124,14	0,36
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,03	36,68	0,03
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (*мука , *сахар , *масло сливочное 82,5%, *яйца куриные (шт.), *соль , *дрожжи сухие, вода питьевая, *масло подсолнечное)	50	3,82	8,46	29,79	210,16	0,00
Итого			410	8,77	11,36	58,40	370,98	0,39
Всего				45,85	51,66	174,99	1 363,67	114,01

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

25 декабря 2024 г.

Ясли 12

Сбор-ник рецептур	№ 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3.2% жирн., вода питьевая, *макаронные изделия , *сахар , *соль)	150	4,18	3,37	14,56	106,08	0,54
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,04	0,25	12,50	60,58	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,19	29,00	0,02
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			330	6,32	7,63	34,29	231,94	0,56
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								
2012	77	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С КУРОЙ (*картофель, *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *яйца куриные (шт.), * зелень сушеная, * филе грудки куриной)	150	6,03	6,59	11,60	129,88	6,15
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки куриной, ** филе бедра куриной, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	60	13,11	14,89	11,15	230,90	0,46
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста , *масло сливочное 82,5%, *морковь, *лук , *томатная паста, *мука , *сахар , *лавровый лист, *соль)	130	3,33	4,19	13,74	108,12	28,70
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	150	0,64	0,24	17,76	85,58	61,82
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			510	24,43	26,09	62,73	595,27	97,13
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3.2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	150	3,83	2,18	15,89	98,80	0,26
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,19	29,00	0,02
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (*мука , *сахар , *масло сливочное 82,5%, *яйца куриные (шт.), *соль , *дрожжи сухие, вода питьевая, *масло подсолнечное)	50	4,13	8,44	29,95	211,92	0,00
Итого			350	8,03	10,62	53,03	339,72	0,28
Всего				39,58	44,54	164,87	1 231,87	99,17

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.