

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./



МЕНЮ

6 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	19,05	126,50	0,54
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2008		*БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,91	4,44	0,27	60,68	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	6	0,04	4,80	0,05	43,53	0,00
Итого			436	12,15	12,97	43,09	338,63	0,57
II Завтрак								
		*НАПИТОК "Витوشка" (*напиток "витوشка")	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	2,15	4,03	13,78	100,46	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	12,39	27,99	2,28	310,54	0,07
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	5,36	3,83	34,22	192,95	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			590	21,89	36,11	74,62	711,58	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	5,82	23,22	161,05	0,40
2016	202	*МАННИК (*мука , *сахар , *яйца куриные (шт.), *масло подсолнечное , *сухари панировочные, *манка, *кефир , *сода, *ванилин)	50	2,77	1,27	23,61	116,81	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
Итого			410	6,69	7,09	55,82	314,38	0,47
Всего				40,73	56,17	173,53	1 364,59	6,66

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

6 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	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	150	3,93	2,93	15,91	106,33	0,46
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,41	29,83	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			370	10,99	11,68	35,91	293,23	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	1,83	3,58	11,76	87,09	4,65
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ МЯСА (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *мука , вода питьевая, *соль , * мясо свинина)	60	10,61	24,24	2,37	270,20	0,06
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	110	4,56	2,87	29,08	160,51	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,88	35,48	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			490	18,32	30,87	60,57	594,07	4,71
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	5,97	23,37	162,88	0,40
2016	202	*МАННИК (*мука , *сахар , *яйца куриные (шт.), *масло подсолнечное , *сухари панировочные, *манка, *кефир , *сода, *ванилин)	50	2,70	1,71	23,45	119,69	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,44	30,03	0,02
Итого			380	6,56	7,68	54,26	312,60	0,46
Всего				36,67	50,43	165,56	1 264,84	6,84

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.