

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

11 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *макаронные изделия , *сахар , *соль)	180	5,02	4,03	17,22	126,24	0,64
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,96	36,41	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	4,78	0,05	43,39	0,00
Итого			396	7,60	9,11	40,96	277,44	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	7,89	8,17	13,93	160,99	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	17,42	12,50	267,01	0,52
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста , *масло сливочное 82,5%, *морковь, *лук , *томатная паста, *мука , *сахар , *лавровый лист, *соль)	150	3,78	4,97	15,80	125,64	32,97
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	180	0,73	0,27	20,40	98,54	72,15
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			610	29,49	31,09	75,35	713,37	113,08
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	180	4,81	2,90	19,66	124,45	0,36
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,96	36,41	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	8,43	29,84	210,13	0,00
Итого			410	8,77	11,33	58,46	370,99	0,39
Всего				45,86	51,53	174,77	1 361,80	114,14

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

11 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *макаронные изделия , *сахар , *соль)	150	4,15	3,36	14,30	104,84	0,54
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,44	30,03	0,02
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			330	6,26	7,62	34,06	230,65	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	5,94	6,34	11,64	127,48	6,19
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки куриной, ** филе бедра куриной, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	60	12,89	15,29	10,63	231,37	0,44
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста , *масло сливочное 82,5%, *морковь, *лук , *томатная паста, *мука , *сахар , *лавровый лист, *соль)	130	3,26	4,19	13,97	108,63	28,48
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	150	0,61	0,23	16,67	80,75	60,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			510	24,02	26,23	61,39	589,02	95,11
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	150	3,81	2,15	16,43	100,66	0,26
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,44	30,03	0,02
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (*мука , *сахар , *масло сливочное 82,5%, *яйца куриные (шт.), *соль , *дрожжи сухие, вода питьевая, *масло подсолнечное)	50	4,15	8,45	30,53	214,41	0,00
Итого			350	8,04	10,60	54,40	345,10	0,28
Всего				39,12	44,65	164,67	1 229,71	97,15

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.