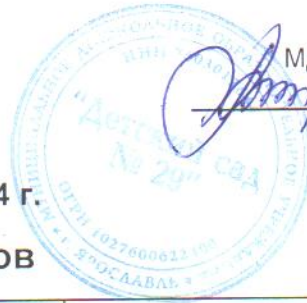


Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./



МЕНЮ

7 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*пшеничная, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	3,50	3,80	15,71	111,50	0,34
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	150	3,89	3,95	15,13	112,88	0,59
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
Итого			332	9,42	12,13	43,16	321,28	0,93
II Завтрак								
2012	401	* СНЕЖОК (*снежок 2,5%)	150	4,07	3,64	6,57	82,23	0,42
Итого			150	4,07	3,64	6,57	82,23	0,42
Обед								
2012	56	* СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *свекла, *морковь, *лук, *масло подсолнечное, *сахар, вода питьевая, *соль, *сметана 15%)	150	1,69	3,75	11,29	85,73	4,83
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, *батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	50	6,14	10,05	7,45	144,70	0,23
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия, вода питьевая, *соль, *масло сливочное 72,5%)	120	4,93	3,78	31,49	179,84	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			500	14,75	17,84	71,66	506,29	5,06
Уплотненный полдник								
2010	51	* КОТЛЕТА РЫБНАЯ (*филе минтая, * батон, * вода питьевая, *сухари панировочные, *соль, *масло подсолнечное)	50	8,04	3,38	7,28	91,76	0,09
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль, *масло сливочное 72,5%)	110	3,18	3,66	33,48	179,54	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,06	0,00	7,87	31,68	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			330	12,88	7,24	58,45	350,58	0,10
Всего				41,12	40,85	179,84	1 260,38	6,51

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 29"
Молчанова Ю. А.



МЕНЮ
7 февраля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*пшеничная, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,20	5,05	18,32	136,14	0,40
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	180	4,64	4,71	18,14	135,12	0,70
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			399	11,27	15,01	51,24	387,54	1,10
II Завтрак								
2012	401	* СНЕЖОК (*снежок 2,5%)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Итого			180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Обед								
2012	56	* СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *свекла, *морковь, *лук, *масло подсолнечное, *сахар, вода питьевая, *соль, *сметана 15%)	180	2,02	4,84	13,38	105,44	5,76
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, *батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	7,22	12,26	8,62	173,73	0,26
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия, вода питьевая, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150	6,18	4,96	39,48	227,42	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)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			610	18,07	22,41	90,06	634,61	6,02
Уплотненный полдник								
2010	51	* КОТЛета РЫБНАЯ (*филе минтая, * батон, вода питьевая, *сухари панировочные, *соль, *масло подсолнечное)	60	9,70	4,37	8,72	113,17	0,10
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль, *масло сливочное 72,5%)	130	3,72	4,17	39,15	209,10	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,07	0,00	8,90	35,85	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			400	15,89	8,84	71,50	429,52	0,12
Всего				50,12	50,63	220,68	1 550,34	7,74

Старшая медсестра _____

Рогова З.Н.

Шеф-повар _____

Стояновская И.В.