

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю. А./

**МЕНЮ**  
12 февраля 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко пастер 3.2% жирности, *сахар, *соль, *масло сливочное 72.5%)	150/2	3,73	4,61	14,86	116,36	0,35
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,24	29,17	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,03	0,25	12,44	60,29	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72.5%)	5	0,03	4,40	0,04	39,87	0,00
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>5,86</b>	<b>9,26</b>	<b>34,58</b>	<b>245,69</b>	<b>0,36</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		* ЯБЛОКО (*яблоко)	130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,03
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,77</b>	<b>61,22</b>	<b>13,03</b>
<b>Обед</b>								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (*макаронные изделия, *морковь, *лук, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *мясо свинина, *зелень сушеная)	150	4,45	8,42	9,12	130,12	0,55
2010	59	*ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* батон, *мясо свинина, *лук, *чеснок, *соль, *сахари панировочные, *масло подсолнечное)	50	6,23	14,31	8,19	186,60	0,22
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль, *масло сливочное 72.5%)	110	3,16	3,65	33,24	178,48	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,03	36,11	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>15,83</b>	<b>26,64</b>	<b>72,30</b>	<b>592,50</b>	<b>0,77</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	249	*РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (*филе минтая, *мука, *яйца куриные (шт.), *молоко пастер 3.2% жирности, *масло сливочное 72.5%)	170	27,85	11,41	5,19	235,38	0,37
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,24	29,17	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>30,32</b>	<b>11,71</b>	<b>27,16</b>	<b>335,95</b>	<b>0,38</b>
<b>Всего</b>				<b>52,53</b>	<b>48,13</b>	<b>146,81</b>	<b>1 235,36</b>	<b>14,54</b>

Старшая медсестра

*ЗЛ*

Рогова З.Н.

Шеф-повар

*Сул*

Стояновская И.В.

