

Утверждаю

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



МЕНЮ
29 февраля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,67	5,81	19,03	147,91	0,54
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	180	4,93	5,03	18,58	140,97	0,76
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,97	0,05	45,10	0,00
Итого			399	12,03	16,11	52,39	405,38	1,30
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Обед								
2010	7	*ЦИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,90	3,88	6,68	68,59	8,70
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (* мясо свинина, *мясо говядина, * батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	7,22	12,22	8,63	173,48	0,26
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *соль)	150	5,24	5,35	18,56	135,85	8,62
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,60	46,37	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,35	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			610	14,71	21,80	62,43	505,87	17,58
Уплотненный полдник								
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9%, *мука, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *молоко сгущенное)	150/20	27,67	18,14	42,21	447,65	0,35
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,00	36,55	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	30,11	18,44	65,94	555,60	0,38
Всего				57,60	56,50	195,91	1 531,35	22,26

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская Л.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ
29 февраля 2024 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	3,85	4,93	15,94	124,71	0,46
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	150	4,03	4,17	15,52	117,01	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,30	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	5,	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			332	10,21	13,48	43,78	338,62	1,10
II Завтрак								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	120	0,04	0,16	11,86	51,95	0,96
Итого			120	0,04	0,16	11,86	51,95	0,96
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,81	3,36	6,79	64,50	8,74
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, *батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	7,26	12,03	8,70	172,02	0,29
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *соль)	120	2,89	4,37	14,80	109,36	6,88
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,47	33,86	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,09	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			540	13,05	20,02	51,48	440,93	15,91
Уплотненный полдник								
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9%, *мука, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *молоко сгущенное)	130/20	23,06	15,35	36,00	382,06	0,30
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,43	29,93	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,00	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			320	25,14	15,55	53,25	459,59	0,32
Всего			494	49,21	160,37	1 291,09	18,29	

Старшая медсестра

[Handwritten signature]

Рогова З.Н.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Стояновская И.В.