

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

13 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко пастер. 3,2% жирности, *рис, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	4,23	3,76	24,18	147,90	0,32
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	150	3,49	3,49	14,93	105,98	0,58
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	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	9,75	11,63	51,43	350,78	0,90
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								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, *сахар, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,77	3,47	10,12	79,44	7,08
2010	64	*«ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль, *чеснок)	120	14,36	18,27	18,59	296,02	0,11
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,87	3,19	3,00	44,42	0,03
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	150	0,16	0,04	11,72	48,69	1,19
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			490	19,15	25,23	56,15	529,76	8,41
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко пастер. 3,2% жирности, *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сахари панировочные)	110	20,09	12,72	19,37	275,87	0,27
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	20	0,37	0,98	2,64	20,98	0,05
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,41	29,83	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	22,13	13,90	39,24	374,28	0,33
Всего				55,10	54,40	153,39	1 337,05	10,06

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

13 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко пастер. 3,2% жирности, *рис, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	180/3	5,05	5,31	28,73	183,50	0,38
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	180	4,16	4,19	17,71	126,17	0,70
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	4,98	0,05	45,16	0,00
Итого			399	11,64	14,78	61,22	426,23	1,08
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								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, *сахар, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	2,14	3,88	12,00	92,31	8,55
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт), *рис, *соль, *чеснок)	130	15,33	19,53	20,04	316,99	0,10
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,84	3,18	2,79	43,30	0,02
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	180	0,18	0,05	14,03	58,30	1,42
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			570	21,14	26,99	65,82	592,48	10,09
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко пастер. 3,2% жирности, *манка, *яйца куриные (шт), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные)	150	27,06	17,18	25,29	369,07	0,38
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	30	0,58	1,55	3,87	31,71	0,08
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,07	0,00	8,82	35,54	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			390	30,11	19,03	52,71	507,72	0,48
Всего				67,78	65,17	187,63	1 625,10	12,15

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.