



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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	3,67	4,22	15,82	116,47	0,40
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая, *сахар)	150	3,96	3,99	15,15	113,60	0,58
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>9,69</b>	<b>12,86</b>	<b>43,45</b>	<b>330,23</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	120	0,64	0,16	11,86	51,95	0,96
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,64</b>	<b>0,16</b>	<b>11,86</b>	<b>51,95</b>	<b>0,96</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,59	4,03	6,71	70,13	8,75
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, *батон, *лук, *чеснок, *соль, *булгири планировочные, *масло подсолнечное)	60	7,24	12,26	8,67	174,02	0,27
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко пастер. 3.2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *соль)	120	2,59	4,04	14,84	106,35	6,89
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>540</b>	<b>13,41</b>	<b>20,59</b>	<b>51,97</b>	<b>447,80</b>	<b>15,91</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9%, *мука, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *молоко сгущенное)	130/20	23,88	16,09	36,35	390,24	0,30
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	7,24	29,17	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>25,55</b>	<b>16,29</b>	<b>53,41</b>	<b>467,01</b>	<b>0,31</b>
<b>Всего</b>				<b>49,29</b>	<b>49,90</b>	<b>160,69</b>	<b>1 296,99</b>	<b>18,16</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Рогова З.Н.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий



**МЕНЮ**  
15 февраля 2024 г.  
Сад 12 часов

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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ <small>(*ячневая, *молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72.5%)</small>	180/3	4,40	5,55	18,66	142,87	0,48
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ <small>(*какао, *молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая, *сахар)</small>	180	4,63	4,71	18,09	134,87	0,70
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон)</small>	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(*масло сливочное 72.5%)</small>	6	0,03	4,93	0,05	44,73	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>11,46</b>	<b>15,49</b>	<b>51,53</b>	<b>393,87</b>	<b>1,18</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ <small>(*сок нектар)</small>	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ <small>(*пшеница, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)</small>	180	1,60	3,84	6,68	68,30	8,70
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ <small>(*мясо свинина, *мясо говядина, *батон, *лук, *чеснок, *соль, *украс. панировочные, *масло подсолнечное)</small>	60	7,22	12,27	8,61	173,82	0,26
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(*картофель, *молоко пастер. 3.2% жирности, *масло сливочное 72.5%, *соль)</small>	150	3,24	5,28	18,55	135,19	8,62
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)</small>	180	0,00	0,00	11,58	46,29	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(*хлеб черный)</small>	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>14,71</b>	<b>21,74</b>	<b>62,38</b>	<b>505,18</b>	<b>17,58</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ <small>(*творог 9%, *мука, *яйца куриные (шт), *сахар, *соль, *масло сливочное 72.5%, *молоко сгущенное)</small>	150/20	27,58	18,19	42,21	448,10	0,35
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ <small>(*чай, вода питьевая, *сахар)</small>	180	0,07	0,00	8,88	35,76	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон)</small>	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>30,05</b>	<b>18,49</b>	<b>65,82</b>	<b>555,26</b>	<b>0,37</b>
<b>Всего</b>				<b>56,97</b>	<b>55,87</b>	<b>194,88</b>	<b>1 518,81</b>	<b>22,13</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Рогова З.Н.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Стояновская И.В.