

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./



МЕНЮ
14 марта 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	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,68	5,84	19,03	148,11	0,54
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	180	4,92	5,02	18,60	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%)	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0,00
Итого			400	12,04	16,94	52,42	412,84	1,30
II Завтрак								
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ (*чай, вода питьевая, *сахар, *лимон)	180	0,09	0,00	8,89	35,98	0,12
Итого			180	0,09	0,00	8,89	35,98	0,12
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,60	3,84	6,68	68,27	8,70
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (* мясо свинина, *мясо говядина, * батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	70	10,81	17,00	13,28	249,56	0,31
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *соль)	150	3,24	5,34	18,56	135,78	8,62
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			620	18,30	26,53	67,10	581,63	17,63
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	27,56	18,17	42,25	447,94	0,35
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	30,10	18,47	65,97	555,86	0,38
Всего				60,53	61,94	194,38	1 586,31	19,43

Старшая медсестра _____

Рогова З.Н.

Шеф-повар _____

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

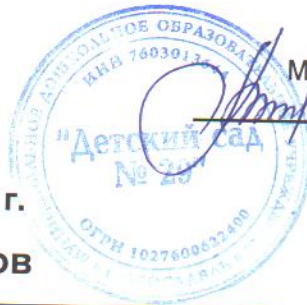
МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Ясли 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%)	150/2	3,94	4,45	15,95	120,28	0,46
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	150	4,11	4,22	15,54	117,94	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,02	0,25	12,39	60,07	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	5,11	0,05	46,30	0,00
Итого			333	10,10	14,03	43,93	344,59	1,10
II Завтрак								
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ (*чай, вода питьевая, *сахар, *лимон)	150	0,07	0,00	7,51	30,37	0,11
Итого			150	0,07	0,00	7,51	30,37	0,11
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,59	3,93	6,71	69,25	8,75
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, *батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	9,32	14,53	11,69	214,68	0,27
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *соль)	120	2,60	4,43	14,85	110,07	6,90
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,76	35,02	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			540	15,50	23,15	54,73	490,21	15,92
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	23,87	15,79	36,41	387,72	0,30
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,53	30,40	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			320	25,55	15,99	53,76	465,72	0,32
Всего				51,22	53,17	159,93	1 330,89	17,45

Старшая медсестра _____ Рогова З.Н.

Шеф-повар _____ Стояновская И.В.