

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

28 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	4,67	5,81	19,03	147,90	0,54
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	180	4,93	5,02	18,62	141,10	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	5,80	0,06	52,58	0,00
Итого			400	12,04	16,93	52,44	412,98	1,30
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,60	3,87	6,68	68,55	8,70
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (* мясо свинина, * батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	70	9,48	21,01	13,30	280,47	0,31
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *соль)	150	3,24	5,30	18,57	135,46	8,62
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,64	46,56	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			620	16,97	30,53	67,15	612,62	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	27,54	18,18	42,23	447,84	0,35
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,98	36,46	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	30,08	18,48	65,94	555,70	0,38
Всего				59,99	66,12	203,71	1 658,70	22,91

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./



МЕНЮ
28 марта 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	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	130/2	3,59	6,52	17,75	144,49	0,39
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар)	155	4,69	4,61	15,87	125,47	0,65
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			317	10,31	15,51	45,94	366,86	1,04
II Завтрак								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	110	0,59	0,15	10,87	47,62	0,88
Итого			110	0,59	0,15	10,87	47,62	0,88
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста, *картофель, *морковь, *лук, *томатная паста, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,31	6,43	5,47	85,46	7,53
2010	59	*БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (* мясо свинина, * батон, *лук, *чеснок, *соль, *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	8,03	18,76	11,72	247,78	0,34
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сливочное 72,5%, *соль)	125	2,65	5,43	14,92	119,39	6,90
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты, *сахар, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			510	13,65	30,84	52,39	542,32	14,77
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	24,33	17,28	31,32	382,18	0,28
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			320	26,03	17,48	51,02	469,68	0,30
Всего				50,58	63,98	160,22	1 426,48	16,99

Старшая медсестра _____

Рогова З.Н.

Шеф-повар _____

Стояновская И.В.