

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./



# МЕНЮ

7 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	180/3	5,32	5,59	29,11	188,74	0,44
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,44	4,50	18,16	131,98	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	5,79	0,06	52,47	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,20</b>	<b>16,18</b>	<b>62,06</b>	<b>444,59</b>	<b>1,20</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	* МИЛКИ ДРИМС (*милки дримс)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
	TKN№018	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>7,92</b>	<b>8,36</b>	<b>42,46</b>	<b>246,30</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
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	3,89	12,02	92,33	8,56
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль, *лук)	130	15,24	19,51	19,80	315,61	0,27
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,83	3,18	2,76	43,14	0,02
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	180	0,18	0,05	14,06	58,43	1,42
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>21,04</b>	<b>26,98</b>	<b>65,60</b>	<b>591,09</b>	<b>10,27</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сахари панировочные)	150	27,07	17,15	25,31	368,98	0,38
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	30	0,58	1,57	3,92	32,04	0,08
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,02	36,64	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>30,19</b>	<b>19,02</b>	<b>52,98</b>	<b>509,06</b>	<b>0,49</b>
<b>Всего</b>				<b>71,35</b>	<b>70,54</b>	<b>223,10</b>	<b>1 791,04</b>	<b>12,46</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Рогова З.Н.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

**МЕНЮ**

7 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	4,54	4,40	24,59	156,59	0,37
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,73	3,80	15,08	110,38	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,02	0,25	12,42	60,19	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,85	0,05	43,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>10,32</b>	<b>13,30</b>	<b>52,14</b>	<b>371,14</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	* МИЛКИ ДРИМС (*милки дримс)	150	4,07	3,64	6,57	82,23	0,42
	ТК№018	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>7,10</b>	<b>7,63</b>	<b>41,15</b>	<b>229,86</b>	<b>0,42</b>
<b>Обед</b>								
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	1,78	3,48	10,25	80,24	7,13
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль, *лук)	120	13,89	17,83	18,37	289,53	0,20
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,83	3,20	2,74	43,31	0,03
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	150	0,16	0,04	11,68	48,53	1,17
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>18,65</b>	<b>24,81</b>	<b>55,76</b>	<b>522,80</b>	<b>8,53</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные)	110	19,78	12,62	18,35	269,77	0,27
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	20	0,41	1,04	2,98	22,84	0,05
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,56	30,58	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>21,87</b>	<b>13,86</b>	<b>38,71</b>	<b>370,79</b>	<b>0,34</b>
<b>Всего</b>				<b>57,94</b>	<b>59,60</b>	<b>187,76</b>	<b>1 494,59</b>	<b>10,30</b>

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.