



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

26 ноября 2024 г.

Сад 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль)	180	4,70	3,90	17,86	126,08	0,47
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,98	36,47	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	27	2,16	0,27	13,26	64,26	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	6	0,04	4,85	0,05	43,93	0,00
Итого			393	7,04	9,02	40,15	270,74	0,50
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	183	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Итого			183	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Обед								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (*макаронные изделия , *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, * мясо свинина , * зелень сушеная)	180	5,27	10,22	10,88	156,72	0,52
2010	59	*ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* мясо свинина , *мясо говядина, * батон , *лук , *чеснок, *соль , *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	70	11,34	17,52	12,51	253,04	0,31
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	3,74	4,20	39,16	209,32	0,00
	ТК№0 17	*ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы консервированные)	33	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,63	46,51	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	32	2,12	0,28	13,56	65,27	0,00
Итого			625	22,77	32,22	88,44	736,06	1,63
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	150	15,15	19,97	2,89	252,17	0,24
к/к	к/к	* ГОРОШЕК консервированный (*горошек консервированный)	31	0,94	0,06	1,97	12,09	1,25
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,98	36,47	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	27	2,16	0,27	13,26	64,26	0,00
Итого			388	18,39	20,30	27,10	364,99	1,52
Всего				49,15	61,78	173,43	1 449,52	5,09

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

26 ноября 2024 г.

Ясли 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль)	150	3,95	3,29	15,40	107,64	0,40
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,90	31,92	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	23	1,84	0,23	11,29	54,74	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			328	5,90	7,53	34,63	230,58	0,42
II Завтрак								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	160	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Итого			160	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Обед								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (*макаронные изделия , *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, * мясо свинина , * зелень сушеная)	150	4,27	8,71	9,12	131,97	0,42
2010	59	*ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* мясо свинина , *мясо говядина, * батон , *лук , *чеснок, *соль , *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	9,66	14,96	10,97	217,11	0,28
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	110	3,18	3,26	33,48	175,91	0,00
	ТК№0 17	*ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы консервированные)	25	0,23	0,00	0,53	3,90	0,60
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	22	1,46	0,19	9,33	44,87	0,00
Итого			517	18,80	27,12	72,14	608,59	1,30
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	13,04	17,19	2,49	216,97	0,20
к/к	к/к	* ГОРОШЕК консервированный (*горошек консервированный)	20	0,61	0,04	1,29	7,92	0,82
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,90	31,92	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	27	2,16	0,27	13,26	64,26	0,00
Итого			327	15,89	17,50	24,94	321,07	1,04
Всего				41,39	52,35	146,53	1 225,18	3,96

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.