

Утверждаю

Заведующий

ИДОХ "Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

Сад 12



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,67	5,82	19,10	148,21	0,54
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,98	36,47	0,03
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	52,51	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,90	4,44	0,27	60,62	0,00
Итого			440	12,15	16,35	43,14	369,21	0,57
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	180	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Итого			180	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Обед								
2010	8	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (*картофель, * перловка, *морковь, *лук, *огурцы консервированные, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	2,15	4,02	13,77	100,40	5,55
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ МЯСА (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль , * мясо свинина)	70	12,37	28,42	2,32	314,65	0,07
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 72,5%)	130	5,36	4,27	34,23	196,94	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,64	46,52	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			600	22,53	37,06	78,92	740,09	5,62
Уплотненный полдник								
2010	33	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*рис, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180	3,78	5,81	23,25	161,08	0,40
2016	202	*МАННИК (*мука , *сахар , *яйца куриные (шт.), *масло подсолнечное , *сухари панировочные, *манка, *кефир , *сода, *ванилин)	50	2,77	1,20	23,61	116,27	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,98	36,47	0,03
Итого			410	6,69	7,01	55,84	313,82	0,47
Всего				42,32	60,66	195,64	1 500,85	8,10

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 29"
Молчанова Ю.А./**МЕНЮ**
6 сентября 2024 г.**Ясли 12**

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	150/2	4,01	4,66	16,72	125,53	0,46
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,06	0,00	7,04	28,33	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	26	2,06	0,26	12,62	61,19	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,71	0,05	42,71	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
Итого			374	11,12	14,12	36,70	319,05	0,47
II Завтрак								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	150	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Итого			150	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Обед								
2010	8	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (*картофель, * перловка, *морковь, *лук , *огурцы консервированные, , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,79	3,30	11,44	83,17	4,64
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ МЯСА (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль , * мясо свинина)	60	10,83	24,95	2,57	278,07	0,06
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 72,5%)	110	4,59	3,40	29,33	166,41	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			500	19,20	31,91	64,35	622,00	4,70
Уплотненный полдник								
2010	33	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*рис, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180	3,82	6,06	23,58	164,74	0,40
2016	202	*МАННИК (*мука , *сахар , *яйца куриные (шт.), *масло подсолнечное , *сахари панировочные, *манка, *кефир , *сода, *ванилин)	55	3,18	2,58	25,18	136,54	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,09	0,00	7,09	28,67	0,02
Итого			385	7,09	8,64	55,85	329,95	0,46
Всего				38,21	54,87	171,72	1 335,94	6,83

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.