

Утверждаю

Заведующий

ИДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

11 сентября 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *макаронные изделия , *сахар , *соль)	180	5,01	4,03	17,21	126,14	0,64
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,00	36,56	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	15	3,38	4,30	0,00	52,96	0,04
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72.5%)	7	0,03	5,76	0,06	52,20	0,00
Итого			412	10,96	14,39	41,00	339,26	0,71
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								
2012	77	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С КУРОЙ (*картофель, *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *яйца куриные (шт.), * зелень сушеная, * филе грудки куриной)	180	7,86	8,14	13,93	160,54	7,44
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки куриной, ** филе бедра куриной, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	70	15,10	17,42	12,51	267,10	0,52
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста , *масло сливочное 72,5%, *морковь, *лук , *томатная паста, *мука , *сахар , *лавровый лист, *соль)	150	3,77	4,98	15,83	125,77	32,97
	TKN№0 14	* ПОМИДОР СВЕЖИЙ (*томаты грунтовые)	40	0,40	0,10	1,52	9,60	4,00
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	180	0,73	0,27	20,37	98,42	72,08
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			660	30,51	31,26	81,12	743,01	117,01
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль)	180	4,81	2,90	19,63	124,37	0,36
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,00	36,56	0,03
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (*мука , *сахар , *масло сливочное 72.5%, *яйца куриные (шт.), *соль , *дрожжи сухие, вода питьевая, *масло подсолнечное)	50	3,30	6,20	27,90	180,00	0,00
Итого			410	8,25	9,10	56,53	340,93	0,39
Всего				50,67	54,99	196,39	1 500,93	119,55

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

11 сентября 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	14	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко паст. 3,2% жирн. , вода питьевая, *макаронные изделия , *сахар , *соль)	150	4,11	3,34	13,90	102,86	0,54
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	26	2,06	0,26	12,62	61,19	0,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,09	0,00	7,09	28,67	0,02
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	10	2,18	2,77	0,00	34,25	0,03
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,71	0,05	42,71	0,00
Итого			342	8,47	11,08	33,66	269,68	0,59
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								
2012	77	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С КУРОЙ (*картофель, *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *яйца куриные (шт.), * зелень сушеная, * филе грудки куриной)	150	6,33	6,50	11,60	130,25	6,19
2010	71	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки куриной, ** филе бедра куриной, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	60	12,97	15,45	10,88	234,19	0,44
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (*капуста , *масло сливочное 72,5%, *морковь, *лук , *томатная паста, *мука , *сахар , *лавровый лист, *соль)	130	3,29	4,19	14,11	109,31	28,71
	ТК№014	* ПОМИДОР СВЕЖИЙ (*томаты грунтовые)	30	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	150	0,64	0,24	17,93	86,49	62,84
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			550	25,52	26,72	68,38	628,63	101,18
Уплотненный полдник								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*гречневая, *молоко паст. 3,2% жирн. , вода питьевая, *сахар , *соль)	150	3,83	2,18	16,01	99,31	0,26
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,09	0,00	7,09	28,67	0,02
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (*мука , *сахар , *масло сливочное 72,5%, *яйца куриные (шт.), *соль , *дрожжи сухие, вода питьевая, *масло подсолнечное)	55	3,53	6,63	29,85	192,60	0,00
Итого			355	7,45	8,81	52,95	320,58	0,28
Всего				42,24	46,81	169,81	1 283,83	103,25

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.