



Заведующий
МДОУ "Детский сад № 29"
Молчанова Ю.А./

МЕНЮ
12 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	36	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*ячневая, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,67	5,83	19,07	148,18	0,54
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,67	4,87	18,44	137,68	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	5,78	0,06	52,43	0,00
Итого			400	11,78	16,78	52,30	409,69	1,30
II Завтрак								
	ТК№0 20	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,60	3,90	6,68	68,86	8,70
2010	51	* КОТЛЕТА РЫБНАЯ (*филе минтая, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	70	11,30	4,98	10,15	130,87	0,12
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *соль)	160	3,45	5,65	19,79	144,40	9,19
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,57	46,28	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			630	19,00	14,88	65,15	471,99	18,01
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	27,58	18,17	42,21	448,00	0,35
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,01	36,59	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	30,12	18,47	65,95	555,99	0,38
Всего				62,40	50,63	204,40	1 533,67	23,71

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

МДОУ "Де
/М

МЕНЮ
12 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	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,79	4,01	15,43	114,21	0,64
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
Итого			334	9,89	13,64	44,82	343,64	1,10
II Завтрак								
	TKN№0 20	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
2010	7	*ЩИ СО СМЕТАНОЙ (*капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	1,63	3,62	6,73	66,52	8,79
2010	51	* КОТЛЕТА РЫБНАЯ (*филе минтая, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	60	9,62	4,72	8,84	116,58	0,10
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *соль)	150	3,22	5,13	18,53	133,63	8,62
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			570	16,46	13,73	55,11	411,08	17,51
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	* 23,91	15,79	36,73	389,25	0,30
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,09	0,00	7,09	28,67	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			320	25,60	15,99	53,64	465,52	0,32
Всего				53,45	43,86	174,57	1 316,24	22,95

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.