

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

16 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	31	* КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*манка, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,36	5,39	19,37	143,61	0,47
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,45	4,50	18,20	132,20	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	0,03	5,77	0,06	52,28	0,00
Итого			400	11,24	15,96	52,36	399,49	1,23
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	180	0,90	0,18	12,18	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	12,18	77,40	3,60
Обед								
2010	10	*СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (*горох , *картофель, *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *мясо говядина)	180	4,97	2,70	15,70	107,28	4,40
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 72,5%)	130	3,72	4,22	39,12	209,40	0,00
2010	55	*ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (*мясо говядина, *масло подсолнечное , *лук , *томатная паста, *мука , *соль , *лавровый лист)	60	13,92	16,44	4,76	223,12	2,20
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,03	46,60	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	1,47	81,58	0,00
Итого			590	25,26	23,71	88,20	667,98	6,60
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 72,5%)	150	15,12	19,92	2,87	251,59	0,24
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	15	3,38	4,29	0,00	52,89	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	0,00	36,63	0,03
2008		*БАТОН (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			375	21,01	24,51	26,60	412,51	0,31
Всего				58,44	64,36	145,24	1 557,38	11,74

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

16 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	31	* КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*манка, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	3,75	4,28	17,06	121,62	0,40
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,73	3,81	15,37	111,75	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	9,57	13,06	45,10	337,27	1,04
II Завтрак								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	120	0,64	0,16	11,86	51,95	0,96
Итого			120	0,64	0,16	11,86	51,95	0,96
Обед								
2010	10	*СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (*горох, *картофель, *морковь, *лук, *масло подсолнечное, вода питьевая, *соль, *лавровый лист, *мясо говядина)	150	4,30	2,19	13,41	90,75	3,66
2010	55	*ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (*мясо говядина, *масло подсолнечное, *лук, *томатная паста, *мука, *соль, *лавровый лист)	50	11,72	13,58	4,29	186,64	1,92
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль, *масло сливочное 72,5%)	110	3,19	3,32	33,58	176,87	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	0,20	12,72	61,19	0,00
Итого			490	21,20	19,35	72,29	548,61	5,58
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль, *масло сливочное 72,5%)	130	13,16	17,27	2,17	217,97	0,20
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	10	2,18	2,77	0,00	34,25	0,03
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,09	0,00	7,00	28,67	0,02
2008		*БАТОН (* батон)	20	1,60	0,20	9,00	47,60	0,00
Итого			310	17,03	20,20	19,38	328,49	0,25
Всего				48,44	52,61	141,84	1 266,32	7,83

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.