

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

17 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	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,70	6,29	17,82	147,35	0,47
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,04	36,71	0,03
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	4	0,02	3,49	0,03	31,61	0,00
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			397	7,26	10,08	41,62	287,07	0,50
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	3,84	6,68	68,29	8,70
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (* печень говяжья, *яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн. , *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	70	16,18	7,74	2,36	161,05	10,65
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	160	3,45	5,74	19,78	145,09	9,19
	ТК№0 15	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	180	0,73	0,27	20,40	98,45	71,90
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			660	24,85	17,94	66,96	558,66	101,64
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн. , *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *сухари панировочные, * джем, *масло сливочное 82,5%)	150/20	26,72	16,90	39,00	417,72	3,56
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,07	0,00	8,91	35,88	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	29,19	17,20	62,64	525,00	3,58
Всего				62,80	45,72	192,22	1 466,73	109,74

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

17 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	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар *соль , *масло сливочное 82,5%)	150/2	4,00	4,67	15,79	121,80	0,41
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	8,20	33,04	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	6	0,03	4,67	0,05	42,30	0,00
Итого			333	6,10	9,59	36,32	256,64	0,42
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%)	150	1,33	3,44	5,54	58,99	7,32
2008	298	*СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (* печень говяжья, *яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука , вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	60	13,98	6,32	1,77	134,71	9,04
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	150	3,23	5,04	18,54	132,90	8,62
	ТК№0 15	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	20	0,16	0,00	0,52	2,80	0,80
2012	398	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ (*шиповник , *изюм, *сахар , вода питьевая)	150	0,61	0,23	16,67	80,75	60,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			560	21,30	15,29	55,76	471,34	85,78
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *сухари панировочные, * джем, *масло сливочное 82,5%)	110/20	20,33	12,83	30,01	318,75	2,67
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	8,20	33,04	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	22,00	13,03	48,03	399,39	2,68
Всего				50,90	38,41	161,11	1 223,37	92,90

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.