

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

23 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	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль)	180	4,69	3,90	17,83	125,91	0,47
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	6	0,04	4,90	0,05	43,53	0,00
Итого			396	7,27	8,20	41,60	277,36	0,50
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	180	0,35	0,24	17,74	77,73	1,44
Итого			180	0,35	0,24	17,74	77,73	1,44
Обед								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (*макаронные изделия , *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, * мясо свинина , * зелень сушеная)	180	5,29	10,17	10,97	156,69	0,73
2010	59	*ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* мясо свинина , *мясо говядина, * батон , *лук , *чеснок, *соль , *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	70	10,81	17,02	13,30	249,82	0,31
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	3,73	4,47	33,12	208,94	0,00
	ТК№0 15	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,30	0,78	4,20	1,20
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,10	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,23	12,72	61,19	0,00
Итого			620	21,35	32,16	88,51	727,28	2,24
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	150	10,10	10,10	2,89	251,62	0,24
к/к	к/к	* ГОРОШЕК консервированный (*горошек консервированный)	30	0,30	0,00	1,89	11,64	1,20
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			390	12,94	20,40	29,50	371,18	1,47
Всего				415	60,76	176,35	1 453,55	5,65

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская Е.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

23 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)	150	4,04	3,34	15,70	109,59	0,40
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,09	0,00	7,09	28,67	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	26	2,06	0,26	12,62	61,19	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			331	6,22	7,61	35,45	235,73	0,42
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	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (*макаронные изделия , *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, * мясо свинина , * зелень сушеная)	150	4,42	8,62	8,70	130,08	0,53
2010	59	*ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* мясо свинина , *мясо говядина, * батон , *лук , *чеснок, *соль , *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	9,32	15,00	11,72	219,11	0,29
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	110	3,19	3,32	33,58	176,87	0,00
	ТК№015	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	20	0,16	0,00	0,52	2,80	0,80
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)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			510	18,41	27,12	71,29	602,81	1,62
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	13,17	17,23	2,47	217,97	0,20
к/к	к/к	* ГОРОШЕК консервированный (*горошек консервированный)	20	0,59	0,04	1,24	7,65	0,79
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,09	0,00	7,09	28,67	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			330	16,25	17,57	25,53	325,69	1,01
Всего				41,68	52,50	147,09	1 229,17	4,25

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.