

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

24 сентября 2024 г.

Сад 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар , *соль)	180	5,31	3,20	29,06	166,98	0,44
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,44	4,50	18,15	131,96	0,76
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	4,79	0,05	43,47	0,00
Итого			396	12,19	12,79	61,99	413,81	1,20
II Завтрак								
2012	401	* МИЛКИ ДРИМС (*милки дримс)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
	ТК№0 18	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
Итого			220	7,92	8,36	42,46	246,30	0,50
Обед								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , *сахар , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	180	2,14	3,87	12,02	92,19	8,57
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина , *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль , *лук)	130	15,26	19,54	19,82	316,11	0,27
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15% , *мука , вода питьевая, *соль)	40	0,83	3,18	2,76	43,11	0,02
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар , вода питьевая)	180	0,18	0,05	14,03	58,30	1,42
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			560	20,40	26,90	61,35	570,90	10,28
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9% , *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5%, *сухари панировочные)	150	27,09	17,18	25,36	369,27	0,38
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *мука , вода питьевая, *сахар , *ванилин)	30	0,59	1,56	3,94	32,15	0,08
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
Итого			390	30,22	19,04	53,03	509,38	0,49
Всего				70,73	67,09	218,83	1 740,39	12,47

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

24 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар , *соль)	150	4,52	2,76	24,67	142,11	0,38
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,69	3,80	14,16	106,54	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			330	10,24	10,82	51,15	344,43	1,02
II Завтрак								
2012	401	* МИЛКИ ДРИМС (*милки дримс)	150	4,07	3,64	6,57	82,23	0,42
	TKN№0 18	*ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	40	3,03	3,99	34,58	147,63	0,00
Итого			190	7,10	7,63	41,15	229,86	0,42
Обед								
2010	6	*БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста , *картофель, *морковь, *лук , *томатная паста, *масло подсолнечное , *сахар , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, *сметана 15%)	150	1,84	4,40	11,25	92,68	7,31
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина , *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль , *лук)	125	14,90	18,99	18,13	302,87	0,17
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15% , *мука , вода питьевая, *соль)	40	0,80	3,31	2,47	43,02	0,03
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар , вода питьевая)	150	0,15	0,04	11,65	48,34	1,15
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			485	19,01	26,92	51,98	527,70	8,66
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9% , *молоко паст. 3.2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5% , *сухари панировочные)	110	20,13	13,32	17,48	273,90	0,26
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5% , *мука , вода питьевая, *сахар , *ванилин)	20	0,55	1,34	4,60	32,67	0,05
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,10	0,00	7,47	30,23	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	22,38	14,86	39,37	384,40	0,33
Всего				58,73	60,23	183,65	1 486,39	10,43

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.