

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

26 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)	180	4,66	3,43	19,04	126,47	0,54
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,66	4,86	18,44	137,67	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	4,78	0,05	43,39	0,00
Итого			396	11,76	13,37	52,26	378,93	1,30
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	1,60	3,86	6,68	68,47	8,70
2010	51	* КОТЛЕТА РЫБНАЯ (*филе минтая, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	70	11,31	5,05	10,16	131,54	0,12
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *соль)	160	3,46	5,66	19,78	144,43	9,19
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,58	46,31	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			620	18,36	14,83	60,92	451,94	18,01
Уплотненный полдник								
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9%, *мука , *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5%, *молоко сгущенное)	150/20	27,57	18,16	42,19	447,68	0,35
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,96	36,41	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			380	30,11	18,46	65,88	555,49	0,38
Всего				61,73	47,16	200,06	1 482,36	23,71

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

26 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)	150	4,14	3,00	17,83	115,55	0,47
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ (*какао, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	4,26	4,32	15,64	119,81	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	27	2,13	0,27	13,09	63,47	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			332	10,56	11,60	46,60	335,11	1,11
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	1,63	5,33	6,92	82,73	9,04
2010	51	* КОТЛЕТА РЫБНАЯ (*филе минтая, * батон , вода питьевая, *сухари панировочные, *соль , *масло подсолнечное)	60	9,84	3,80	8,74	108,61	0,11
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель, *молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 82,5%, *соль)	150	3,29	5,77	18,63	139,92	8,62
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			560	16,08	15,08	52,45	410,75	17,77
Уплотненный полдник								
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9%, *мука , *яйца куриные (шт.), *сахар , *соль , *масло сливочное 82,5%, *молоко сгущенное)	135/20	24,94	17,26	36,70	406,33	0,30
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,07	0,00	6,59	26,60	0,01
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			325	26,61	17,46	53,11	480,53	0,31
Всего				54,75	44,64	173,16	1 322,39	23,21

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.