

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

13 января 2025 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)	180	4,34	2,99	19,30	121,65	0,47
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,44	4,50	18,18	132,05	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	4,82	0,05	43,67	0,00
Итого			396	11,22	12,61	52,26	368,77	1,23
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Обед								
2010	10	*СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (*горох , *картофель, *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист)	180	4,41	2,14	15,71	100,10	4,40
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	3,73	4,19	39,09	208,95	0,00
2010	55	*ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (*мясо говядина, *масло подсолнечное , *лук , *томатная паста, *мука , *соль , *лавровый лист)	60	13,91	16,43	4,74	222,96	2,21
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,65	46,59	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			580	24,04	23,02	83,91	639,79	6,61
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	150	15,13	19,11	2,88	244,11	0,24
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 50%)	15	3,37	4,28	0,00	52,82	0,04
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	8,97	36,45	0,03
2008		*БАТОН (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			375	21,04	23,69	26,58	404,78	0,31
Всего				57,20	59,50	180,93	1 490,74	11,75

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

13 января 2025 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)	150	3,71	2,55	16,74	104,84	0,40
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,72	3,81	14,94	109,86	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,04	0,25	12,50	60,58	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 82,5%)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
Итого			330	9,50	10,62	44,22	311,56	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)	150	3,61	2,13	12,91	85,28	3,66
2010	55	*ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (*мясо говядины, *масло подсолнечное , *лук , *томатная паста, *мука , *соль , *лавровый лист)	50	11,57	13,72	4,14	186,76	1,87
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 82,5%)	110	3,14	3,72	33,03	178,16	0,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,80	35,18	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			480	19,64	19,75	67,36	526,17	5,53
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 82,5%)	130	13,30	16,60	2,49	212,80	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	0,07	0,00	7,19	29,00	0,02
2008		*БАТОН (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			310	17,15	19,57	19,50	323,65	0,25
Всего				46,93	50,10	142,94	1 213,33	7,78

Старшая медсестра

Рогова З.Н.,

Шеф-повар

Стояновская И.В.