

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

2 июля 2024 г.

Ясли 12



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	150/2	4,48	4,33	24,29	154,44	0,37
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	150	3,74	3,80	15,38	111,65	0,64
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
Итого			333	10,25	13,33	52,00	370,47	1,01
II Завтрак								
2012	401	* МИЛКИ ДРИМС (*милки дримс)	150	4,07	3,64	6,57	82,23	0,42
	ТК№018	*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	1,79	3,29	10,01	77,39	7,12
2010	64	*«ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ (*мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль, *лук)	120	14,13	18,12	18,17	292,19	0,20
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,83	3,17	2,77	43,09	0,02
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	150	0,16	0,04	11,69	48,56	1,17
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			490	18,90	24,88	55,36	522,42	8,51
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные)	110	20,02	12,79	18,93	274,62	0,27
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	20	0,40	1,13	2,61	22,13	0,05
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,43	29,99	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			300	22,10	14,12	38,79	374,34	0,34
Всего				58,35	59,96	187,30	1 497,09	10,28

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

Молчанова Ю.А./

МЕНЮ
2 июля 2024 г.

Сад 12



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено, *молоко паст. 3,2% жирн., *рис, вода питьевая, *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%)	180/3	5,33	5,62	29,13	188,95	0,44
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*кофейный напиток, *молоко паст. 3,2% жирн., вода питьевая, *сахар)	180	4,44	4,50	18,17	132,03	0,76
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0,00
Итого			400	12,21	16,20	62,09	444,74	1,20
II Завтрак								
2012	401	* МИЛКИ ДРИМС (*milki 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	3,90	12,02	92,41	8,56
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* мясо свинина, *мясо говядина, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *рис, *соль, *лук)	130	15,26	19,52	19,82	315,85	0,27
2012	354	*СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (*сметана 15%, *мука, вода питьевая, *соль)	40	0,83	3,18	2,78	43,24	0,02
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*ягоды замороженные, *сахар, вода питьевая)	180	0,18	0,05	14,05	58,36	1,42
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			570	21,06	27,00	65,63	591,44	10,27
Уплотненный полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9%, *молоко паст. 3,2% жирн., *манка, *яйца куриные (шт.), *сахар, *соль, *масло сливочное 72,5%, *сухари панировочные)	150	27,08	17,18	25,35	369,26	0,38
2012	351	*СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (*молоко паст. 3,2% жирн., *масло сливочное 72,5%, *мука, вода питьевая, *сахар, *ванилин)	30	0,59	1,57	3,98	32,36	0,08
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	30,21	19,05	53,05	509,54	0,49
Всего				71,40	70,61	223,23	1 792,02	12,46

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.