

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29" корпус 2
/Есякова Н.П./

МЕНЮ
11 октября 2024 г.
Ясли 12 часов



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								
2008	189	КАША "МАННАЯ" НА МОЛОКЕ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,5	5,7	20,7	152	0,5
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр)	30/5/4	3,1	7	14,9	134	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,3	1,8	8,5	60	0,4
Итого			369	9,9	14,5	44,1	346	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	88	0,4	0,1	8,9	38	1,8
Итого			88	0,4	0,1	8,9	38	1,8
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности)	165	6,3	8,5	18,6	180	4,3
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	140	6,8	8,3	17,6	172	9
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			7,8	31	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	2,1	0,3	13,6	65	0
Итого			517	15,2	17,1	57,6	448	13,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	160	4,5	3,9	7,5	84	0,8
2008	604	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	18	1,4	1,7	13	73	0
Итого			178	5,9	5,6	20,5	157	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ. (рыба минтай , хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	55	6,5	7	4	105	0,1
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль)	75	1,2	5	8,6	83	3,1
2008	115	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШЕГО СОРТА (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			330	9,3	12,1	30,3	266	3,2
Всего				40,7	49,4	161,4	1255	20

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29" корпус 2

/Есякова Н.П./

МЕНЮ

11 октября 2024 г.

Сад 12 часов

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								
2008	189	КАША "МАННАЯ" НА МОЛОКЕ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,1	7,3	27	197	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр)	40/6/6	4,2	7,7	19,4	164	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,6	2	9,9	69	0,4
Итого			452	12,9	17	56,3	430	1,1
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	111	0,6	0,1	10,9	46	0,9
Итого			111	0,6	0,1	10,9	46	0,9
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности)	175	6,2	8,4	19,9	184	4,8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	155	7,4	9,1	19,7	192	10
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			571	16,3	17,9	65,6	494	14,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	213	6	5,1	9,9	112	1,1
2008	604	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	18	1,4	1,7	13	73	0
Итого			231	7,4	6,8	22,9	185	1,1
Ужин								
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль)	95	1	2,8	7,5	59	2,8
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ. (рыба минтай , лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	65	14,1	9,3	5,2	161	0,5
2008	115	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШЕГО СОРТА (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	28	2	0,2	13,6	64	0
Итого			388	17,2	12,3	35,3	320	3,3
Всего				54,4	54,1	191	1475	21,2