

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29"

/Есякова Н.П./

# МЕНЮ

28 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

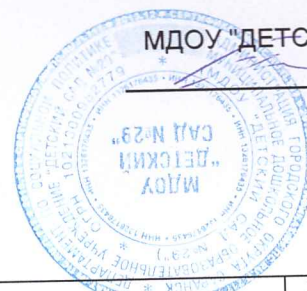
| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША "МАННАЯ" НА МОЛОКЕ<br>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                          | 150    | 5                 | 5,4        | 19,3             | 147                                                | 0,6                   |
|                               |                     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр )                                                                                                                                            | 29/0/4 | 3,1               | 2,2        | 14,6             | 90                                                 | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК<br>(кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                | 170    | 0,2               |            | 4,6              | 19                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 353    | 8,3               | 7,6        | 38,5             | 256                                                | 0,6                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 94                  | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ СО<br>СМЕТАНОЙ<br>(куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная) | 150    | 2                 | 3          | 7,4              | 64                                                 | 5,98                  |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ<br>(куры потрош. 1 категории, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная)                                                              | 50     | 5,5               | 7,3        | 3,5              | 103                                                | 1,1                   |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)                                                                                                               | 110    | 2,3               | 4,4        | 15,3             | 110                                                | 7,3                   |
| к/к                           | к/к                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                   | 150    |                   |            | 5,4              | 22                                                 | 0                     |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                 | 47     | 3,1               | 0,4        | 19,9             | 96                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 507    | 12,9              | 15,1       | 51,5             | 395                                                | 14,38                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                    | 150    |                   |            | 10,6             | 42                                                 | 0                     |
| 2008                          | 604                 | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье сахарное мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                      | 17     | 1,3               | 1,6        | 12,2             | 68                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 167    | 1,3               | 1,6        | 22,8             | 110                                                | 0                     |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
|                               |                     | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая)                                                                           | 180    | 4,8               | 4,9        | 17,7             | 136                                                | 0,6                   |
| 2008                          | 115                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)                                                                                                                                                                | 180    | 0,1               |            | 6,9              | 28                                                 | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА<br>ВЫСШЕГО СОРТА<br>(хлеб пшеничн. формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                          | 33     | 2,4               | 0,2        | 16,1             | 76                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 393    | 7,3               | 5,1        | 40,7             | 240                                                | 0,6                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        | 29,8              | 29,4       | 153,5            | 1001                                               | 15,58                 |

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29"

/Есякова Н.П./



# МЕНЮ

28 февраля 2025 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША "МАННАЯ" НА МОЛОКЕ<br>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                          | 180    | 6                 | 6,7        | 23               | 177                                                | 0,7                   |
|                               |                     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр )                                                                                                                                            | 39/0/6 | 4,2               | 2,8        | 19,3             | 120                                                | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК<br>(кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                | 180    | 0,2               |            | 4,6              | 19                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 405    | 10,4              | 9,5        | 46,9             | 316                                                | 0,7                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 94                  | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ СО<br>СМЕТАНОЙ<br>(куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная) | 180    | 2,4               | 3,6        | 8,9              | 77                                                 | 7,19                  |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ<br>(куры потрош. 1 категории, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная)                                                              | 70     | 7,9               | 10,8       | 4,8              | 149                                                | 1,6                   |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)                                                                                                               | 130    | 2,7               | 5,2        | 18,1             | 130                                                | 8,6                   |
| к/к                           | к/к                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                   | 180    |                   |            | 6,6              | 26                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                 | 58     | 3,9               | 0,5        | 24,8             | 119                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 618    | 16,9              | 20,1       | 63,2             | 501                                                | 17,39                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                    | 180    |                   |            | 12,7             | 50                                                 | 0                     |
| 2008                          | 604                 | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье сахарное мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                      | 17     | 1,3               | 1,6        | 12,2             | 68                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 197    | 1,3               | 1,6        | 24,9             | 118                                                | 0                     |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
|                               |                     | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая)                                                                           | 200    | 5,3               | 5,4        | 19,8             | 151                                                | 0,6                   |
| 2008                          | 115                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)                                                                                                                                                                | 200    | 0,1               |            | 7,6              | 30                                                 | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА<br>ВЫСШЕГО СОРТА<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                           | 44     | 3,3               | 0,3        | 21,5             | 102                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 444    | 8,7               | 5,7        | 48,9             | 283                                                | 0,6                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |        | 37,3              | 36,9       | 183,9            | 1218                                               | 18,69                 |