

МДОУ "ДЕТСКИЙ

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29"

/Есякова Н.П./

30 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

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								
2008	184	КАША "ЯЧНЕВАЯ" (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,8	5,8	22	160	0,5
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр)	31/0/4	3,1	1,4	14,9	84	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	185	3,3	2,7	10,2	79	0,6
Итого			370	11,2	9,9	47,1	323	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	90	0,5	0,1	9,1	39	1,8
Итого			90	0,5	0,1	9,1	39	1,8
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ. (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	160	2,1	3,2	8	69	6,41
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	160	7,7	9	20,3	194	10,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			8,3	34	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,2	0,3	14,1	68	0
Итого			503	12	12,5	50,7	365	16,71
Ужин								
2008	132	КАША "ГРЕЧНЕВАЯ" С МОЛОКОМ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная)	180	7,1	7,5	27,9	208	0,6
2008	604	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	17	1,3	1,6	12,5	70	0
2008	115	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,1		3,4	14	0
Итого			377	8,5	9,1	43,8	292	0,6
Всего				32,2	31,6	150,7	1019	20,21



МЕНЮ
30 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

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								
2008	184	КАША "ЯЧНЕВАЯ" (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	5,8	6,8	25,6	188	0,6
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр)	40/0/6	4,4	2	19,7	115	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	195	3,5	3	10,8	85	0,6
Итого			421	13,7	11,8	56,1	388	1,2
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	90	0,5	0,1	8,8	38	0,7
Итого			90	0,5	0,1	8,8	38	0,7
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ. (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	9	77	7,24
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	180	8,8	10,1	22,8	218	11,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	42	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			582	13,9	14,1	59,1	419	18,74
Ужин								
2008	132	КАША "ГРЕЧНЕВАЯ" С МОЛОКОМ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная)	200	7,8	8,1	30,5	227	0,6
2008	604	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	17	1,3	1,6	12,3	69	0
2008	115	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	200	0,1		3,5	14	0
Итого			417	9,2	9,7	46,3	310	0,6
Всего				37,3	35,7	170,3	1155	21,24