

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29"

/Есякова Н.П./

## МЕНЮ

8 мая 2024 г.

## Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША "ПШЕННАЯ" (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,7	5,1	17	129	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	25/5	2	5,4	13,5	111	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	145	1,9	1,7	7,9	54	0,3
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>7,6</b>	<b>12,2</b>	<b>38,4</b>	<b>294</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	109	0,5	0,1	10,7	46	0,9
<b>Итого</b>			<b>109</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,7</b>	<b>46</b>	<b>0,9</b>
<b>Обед</b>								
	142	БОРЩ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, картофель)	180	4,5	6,1	10,7	117	7,3
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности)	175	12	19,8	21,2	311	10,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			10,9	44	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	36	2,4	0,3	15,1	73	0
<b>Итого</b>			<b>571</b>	<b>18,9</b>	<b>26,2</b>	<b>57,9</b>	<b>545</b>	<b>18,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	96	2,7	2,3	4,5	50	0,5
<b>Итого</b>			<b>96</b>	<b>2,7</b>	<b>2,3</b>	<b>4,5</b>	<b>50</b>	<b>0,5</b>
<b>Ужин</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая)	150	3,1	3,3	14,4	100	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШЕГО СОРТА (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	28	2	0,2	13,4	63	0
<b>Итого</b>			<b>178</b>	<b>5,1</b>	<b>3,5</b>	<b>27,8</b>	<b>163</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>34,8</b>	<b>44,3</b>	<b>139,3</b>	<b>1098</b>	<b>20,4</b>

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29"

Есякова Н.П./

## МЕНЮ

8 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША "ПШЕННАЯ" (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5	6,2	22,8	169	0,4
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	35/6	2,6	6,4	17,8	139	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	165	2,1	1,8	10	66	0,4
<b>Итого</b>			406	9,7	14,4	50,6	374	0,8
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	137	0,7	0,1	13,4	57	1,1
<b>Итого</b>			137	0,7	0,1	13,4	57	1,1
<b>Обед</b>								
	142	БОРЩ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, картофель)	200	4,9	6	11,9	122	8,1
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности)	195	13,2	22,2	23,7	347	12
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			11,5	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	44	2,9	0,4	18,8	90	0
<b>Итого</b>			639	21	28,6	65,9	605	20,1
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	128	3,9	3,4	6,5	72	1,92
<b>Итого</b>			128	3,9	3,4	6,5	72	1,92
<b>Ужин</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая)	200	4,4	6,1	20,7	157	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШЕГО СОРТА (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	37	2,7	0,2	17,8	84	0
<b>Итого</b>			237	7,1	6,3	38,5	241	0,5
<b>Всего</b>				42,4	52,8	174,9	1349	24,42