

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Клейус Т.В./

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Ясли 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		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ	130	3,31	4,41	13,13	105,47	0,40
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2008		БАТОН	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,03	2,50	11,21	80,37	0,47
Итого			304	7,89	10,33	34,41	263,12	0,87
II Завтрак								
2008	90	БАНАН СВЕЖИЙ	92	0,97	0,32	13,62	62,26	6,49
Итого			92	0,97	0,32	13,62	62,26	6,49
Обед								
2008	75	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,29	6,87	7,09	110,71	8,31
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	106	3,22	4,73	20,54	137,57	0,00
2008	272	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	16,19	18,36	2,87	241,30	0,44
2008	368	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	0,52	0,07	3,40	16,20	0,00
2012	80	ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,46	1,98	2,43	29,81	0,80
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	9,71	41,14	1,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50	0,00
Итого			559	27,32	32,46	62,15	654,23	10,78
Полдник								
2008	434	МОЛОКО	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	66	БАТОН	10	0,74	0,06	4,87	22,97	0,00
Итого			160	4,96	3,70	11,85	101,54	0,78
Ужин								
2012	28	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	110	13,74	13,42	10,13	225,55	0,15
2012	75	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	25	0,55	0,32	6,28	30,19	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,94	28,07	0,02
2008		БАТОН	10	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
Итого			295	15,13	13,80	28,37	307,49	0,23
Всего				56,27	60,61	150,40	1 388,64	19,15

Медицинская сестра

Неволина С.Г

Шеф повар (зав. производством)

Андреева Ю.В

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 29"
/Клейус Т.В/



МЕНЮ
24 апреля 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		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ	150	3,78	6,10	15,97	133,79	0,42
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008		БАТОН	22	1,68	0,14	11,04	52,10	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,35	2,76	12,62	89,78	0,52
Итого			357	8,84	13,13	39,67	313,07	0,94
II Завтрак								
2008	90	БАНАН СВЕЖИЙ	92	0,97	0,32	13,62	62,26	6,49
Итого			92	0,97	0,32	13,62	62,26	6,49
Обед								
2008	75	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,53	10,54	9,18	161,70	10,52
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	134	4,50	3,91	28,74	168,19	0,00
2008	272	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	18,03	17,99	3,11	246,37	0,52
2008	368	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	0,95	0,44	4,10	24,06	0,08
2012	80	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,49	2,95	2,59	39,29	0,85
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,16	0,16	11,50	49,01	1,58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,42	20,35	97,90	0,00
Итого			682	33,84	36,41	79,57	786,52	13,55
Полдник								
2008	434	МОЛОКО	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2008		ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	26	1,98	0,16	13,05	61,57	0,00
Итого			226	7,61	5,01	22,36	166,33	1,04
Ужин								
2012	28	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	17,95	16,66	17,72	303,51	0,20
2012	75	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	25	0,55	0,32	6,28	30,19	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
2008		БАТОН	10	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
Итого			345	19,36	17,04	36,96	389,54	0,28
Всего			70,62	71,91	192,18	1 717,72	22,30	

Медицинская сестра Неволина С.Г.

Шеф повар (зав. производством) Андреева Ю.В.