

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
13 марта 2025 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ 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 ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,42	5,41	11,08	107,20	0,40
2008		БАТОН	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,15	2,60	11,39	82,46	0,50
<b>Итого</b>			<b>309</b>	<b>8,51</b>	<b>12,30</b>	<b>35,06</b>	<b>286,27</b>	<b>0,90</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	125	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	75	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	3,98	7,58	7,97	118,99	3,82
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	114	3,48	2,67	24,67	137,03	12,10
2008	280	РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	60	13,36	25,01	5,98	302,39	0,72
2012	80	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,56	1,01	2,04	20,28	3,70
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>542</b>	<b>23,90</b>	<b>36,60</b>	<b>56,77</b>	<b>656,19</b>	<b>20,34</b>
<b>Полдник</b>								
2008	181	СУП РИСОВЫЙ С МОЛОКОМ	110	5,32	5,40	20,42	152,50	0,78
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	5,98	24,28	0,02
2008	467	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	13,29	9,01	48,23	327,67	0,14
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>18,70</b>	<b>14,41</b>	<b>74,63</b>	<b>504,45</b>	<b>0,94</b>
<b>Всего</b>				<b>51,11</b>	<b>63,31</b>	<b>166,46</b>	<b>1 446,91</b>	<b>22,18</b>

Медицинская сестра

*Неволина С.Г.*

Неволина С.Г

Повар

*Андреева Ю.В.*

Андреева Ю.В



# МЕНЮ

13 марта 2025 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 ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,10	5,63	14,00	123,47	0,42
2008		БАТОН	22	1,68	0,14	11,04	52,10	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,35	2,77	12,62	89,79	0,52
<b>Итого</b>			<b>357</b>	<b>9,16</b>	<b>12,67</b>	<b>37,70</b>	<b>302,76</b>	<b>0,94</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	80	СОК	120	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	75	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,30	9,30	10,84	151,87	5,19
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	135	4,54	3,07	31,46	172,13	15,36
2008	280	РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	14,92	28,45	8,68	350,46	1,34
2012	80	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,76	2,96	2,46	40,62	4,97
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,42	20,35	97,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>653</b>	<b>28,70</b>	<b>44,20</b>	<b>73,79</b>	<b>812,98</b>	<b>26,86</b>
<b>Полдник</b>								
2008	181	СУП РИСОВЫЙ С МОЛОКОМ	130	7,09	6,26	32,62	216,33	0,94
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
2008	467	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	14,34	8,36	54,62	351,73	0,15
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>21,53</b>	<b>14,62</b>	<b>94,22</b>	<b>596,35</b>	<b>1,11</b>
<b>Всего</b>				<b>59,39</b>	<b>71,49</b>	<b>205,71</b>	<b>1 712,09</b>	<b>28,91</b>

Медицинская сестра Неволина С.Г.

Повар Андрева Ю.В.