

Утверждаю

И.О. Заведующего
МКДОУ "Детский сад №29 "Росинка" г.Новоавловска
Жолчина Е.В./

МЕНЮ

26 мая 2025 г.

Если 10 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	90	2,40	4,53	13,02	104,13	7,96
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	42	1,26	0,08	2,64	16,23	1,67
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/7	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			359	11,05	9,40	37,79	281,50	9,63
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	110	3,19	2,75	4,62	59,40	0,33
Итого			110	3,19	2,75	4,62	59,40	0,33
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая)	150	1,18	3,01	7,76	63,37	5,28
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе ц/б , хлеб пшеничный (формовой) , молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	60	2,03	2,05	9,67	65,29	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,66	3,11	16,96	106,54	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	40	1,01	1,98	5,18	43,74	2,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб столовый (ржано-пшеничный))	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь) , сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			550	9,73	10,45	69,71	413,53	8,24
Полдник								
2012	447	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.) , сахар песок, соль йодированная, повидло, масло подсолнечное рафинированное)	55/5	2,67	1,67	18,51	99,58	0,01
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,60	2,13	11,47	76,38	0,40
Итого			210	5,27	3,80	29,98	175,96	0,41
Всего				29,24	26,40	142,10	930,39	18,61

Старший повар

Савушкин

Старушко М.В.