

Утверждаю

ИО Заведующего
МКДОУ "Детский сад №29 "Росинка" г. Новопавловска
Колчина Е.В./

МЕНЮ

28 мая 2025 г.
Сад 10 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,67	6,97	34,69	228,54	0,41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	31	2,33	0,19	15,31	72,27	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,50	0,20	16,84	80,81	61,14
Итого			411	9,50	7,36	66,84	381,62	61,55
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	87	2,51	2,16	3,46	45,86	0,61
Итого			87	2,51	2,16	3,46	45,86	0,61
Обед								
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	180	2,46	4,14	12,81	98,39	0,29
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (масло подсолнечное рафинированное, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)	155	14,90	20,83	32,60	377,84	1,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	25	1,94	0,16	12,76	60,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб столовый (ржано-пшеничный))	24	1,57	0,21	10,08	48,48	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	20,83	86,06	1,44
Итого			564	21,01	25,48	89,08	670,99	3,18
Полдник								
2012	470	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, маргарин сливочный, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	60	4,23	9,19	33,53	233,49	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/10	0,06	0,00	10,30	41,37	0,01
Итого			260	4,29	9,19	43,83	274,86	0,01
Всего				37,31	44,19	203,21	1 373,33	65,35

Старший повар

Старушко

Старушко М.В.