

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	190	5,82	7,62	24,96	192,15	0,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	28	2,16	0,18	14,19	66,99	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/10	0,06	0,00	9,81	39,43	0,01
Итого			408	8,04	7,80	48,96	298,57	0,45
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	180	1,56	3,65	7,09	68,27	11,12
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай б/г с/м потрошонный, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	140	0,72	6,85	3,96	80,99	1,44
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,75	4,62	18,59	127,34	9,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	24	1,80	0,15	11,83	55,82	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб столовый (ржано-пшеничный))	23	1,53	0,20	9,81	47,20	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	180	0,07	0,07	22,33	90,67	0,72
Итого			677	8,43	15,54	73,61	470,29	22,29
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	100	3,22	5,00	19,90	138,85	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок)	30	0,59	1,51	3,98	31,82	0,08
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,18	2,62	14,34	94,62	0,50
Итого			310	6,99	9,13	38,22	265,29	0,58
Всего				23,86	32,87	170,59	1 081,15	33,32

Старший повар

Сабучко

Старушко М.В.