

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 мая 2025 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	3,96	3,07	16,41	109,70	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	29	2,24	0,18	14,71	69,44	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/10/7	0,15	0,01	10,05	42,07	1,20
Итого			406	6,35	3,26	41,17	221,21	1,60
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	88	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			88	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	180	1,94	1,96	14,40	83,49	4,84
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (ГОВЯЖЬЯ) (говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, томатная паста)	70/40	18,20	11,28	3,29	213,89	13,62
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,40	6,00	33,62	218,14	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	24	1,87	0,15	12,27	57,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб столовый (ржано-пшеничный))	23	1,55	0,21	9,93	47,79	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	13,93	55,71	0,00
Итого			647	30,96	19,60	87,44	676,91	18,46
Полдник								
2012.	447	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	115/10	6,05	3,60	39,17	213,10	0,02
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	200	0,20	0,20	27,91	115,05	2,00
Итого			325	6,25	3,80	67,08	328,15	2,02
Всего				46,56	27,66	199,89	1 266,27	22,58

Старший повар

Сарушко

Старушко М.В.