

Утверждаю

И.о. Заведующей
 МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 /Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ
1 августа 2024 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		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,6	6,3	19,5	154	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,3	2,9	11	84	0,6
Итого			340	11,1	15,6	45,6	368	1,2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,3	2,9	0,9	31	1,5
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, томатная паста 0,480, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, свекла 27%, сахар песок, соль йодированная)	150/9	4,2	7,9	11	133	5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,480, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	7,1	7,2	3,5	108	1,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2	2,3	13,3	82	6,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			559	14,9	20,5	43	418	14,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	451	ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ (мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, капуста белокочанная 20%, дрожжи 0,010)	60	5,1	4,9	25,5	166	3
Итого			210	9,4	8,6	32,5	245	3,8
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 110/30 (макаронные изделия высш. сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, повидло 0,650)	110/30	7,6	12,8	11,5	193	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	1,8	0,1	12	57	0
Итого			350	9,5	12,9	30,5	278	0,1
Всего				44,9	57,6	151,6	1309	19,7

Утверждаю

И.о. Заведующей
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
/Ю.В.Винокурова/**МЕНЮ**
1 августа 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	200	4,3	7,4	23	176	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7/6	4,4	7,8	19,9	168	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,9	2,4	10,3	75	0,5
Итого			453	11,6	17,6	53,2	419	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,7	4	2,1	47	3,6
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, томатная паста 0,480, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, свекла 27%, сахар песок, соль йодированная)	200/11	5,5	9	15,1	163	7,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,480, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	8,1	7,8	4,9	124	2,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	3,3	18,8	117	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			716	18,7	24,3	60,2	537	22,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	451	ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ (мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, капуста белокочанная 20%, дрожжи 0,010)	70	6,8	5,5	33,1	209	4,5
Итого			270	12,4	10,4	42,4	314	5,5
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 140/40 (макаронные изделия высш. сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, повидло 0,650)	140/40	9,9	13,2	20,3	240	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	2,8	0,2	18,6	88	0
Итого			420	12,8	13,4	47	360	0,1
Всего				55,5	65,7	202,8	1630	28,9