

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Ясли 12 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	150	4,6	6,1	18,4	147	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700, сыр)	30/6	2,2	5,2	14,6	114	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,6	2,9	12,5	91	0,6
Итого			336	10,4	14,2	45,5	352	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 20%, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,4	1,9	2,3	29	1,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, фасоль 0,200, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл. , соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 16%)	150/9	5,8	6,9	12,3	139	15,5
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное , морковь 23%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная новый урожай 16%)	150	8,3	12,8	7,3	179	18
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	17,1	22	45,7	456	34,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (паченье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное , соль йодированная)	150	5,2	8	0,8	96	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2,4	0,2	15,9	75	0
Итого			360	7,7	8,2	22,7	195	0
Всего				41,3	49,8	143,8	1196	38,6

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Сад 12 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	6	7,8	24,2	192	0,8
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сыр)	40/7	3,2	6,1	21,3	152	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,8	2,2	11,4	77	0,5
Итого			447	12	16,1	56,9	421	1,3
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,6	0,1	12	51	2,4
Итого			100	0,6	0,1	12	51	2,4
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 20%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, фасоль 0,200, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 16%)	200/9	7	7,6	14,9	161	19,2
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, морковь 23%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная новый урожай 16%)	200	9,5	14,4	8,4	203	22,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			719	20,4	25,3	55,9	540	43,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	6,9	6,5	22,1	176	1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное)	160	5,2	8,8	0,8	103	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,2	0,3	21,2	100	0
Итого			400	8,5	9,1	31	239	0
Всего				48,4	57,1	177,9	1427	48