

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 сентября 2024 г.
Ясли 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								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок)	150	4,4	6	18,8	148	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сыр)	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)	180	3,3	2,9	11	84	0,6
Итого			370	10,9	15,3	44,9	362	1,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ (томаты грунтовые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2	1,9	28	3,3
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ (птица тушка охл. , лук репчатый 16%, картофель 24%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная)	150/9	4,5	7,1	12	131	4,2
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), птица тушка охл.)	60	7,9	9,2	7	142	0,6
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	130	9,6	3,1	20,1	147	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			579	25	21,8	65,8	561	8,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.))	60	3,4	1	19,2	99	0
Итого			210	7,7	4,7	26,2	178	0,8
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	9,5	6,1	7,6	123	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	2,6	16,6	104	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,2	0,2	14,8	70	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,1	21	0
Итого			360	15,5	8,9	44,1	318	0,2
Всего				59,1	50,7	181	1419	10,2

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 сентября 2024 г.

Сад 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	189	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшенинная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5	6,1	23,2	169	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,4	7,8	19,6	166	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,9	2,4	11,2	78	0,5
Итого			453	12,3	16,3	54	413	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ (томаты грунтовые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,7	2	3	35	5,6
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ (птица тушка охл., лук репчатый 16%, картофель 24%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная)	200/11	5,9	10	17,2	182	5
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, птица тушка охл.)	70	9,2	9,9	11,5	171	0,8
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	140	14,6	4,2	30,4	218	0
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)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			731	33,7	26,5	92	743	11,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.))	70	5	1,6	26,6	139	0,1
Итого			270	10,6	6,5	35,9	244	1,1
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	11,2	8,6	5,8	144	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	3,7	21,9	140	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	19,3	12,5	54,9	408	0,3
Всего				75,9	61,8	236,8	1808	13,8