

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 марта 2025 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								
2008	189	КАША "НЕЖНОСТЬ " НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,5	7	16,2	146	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток. сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,7	2,2	10,2	71	0,5
Итого			336	9,5	14,4	41,5	333	1
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель 40%, свекла 27%, морковь 30%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,5	1	3	24	2,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, фасоль 0,220, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл. , соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	5,1	5,7	9,5	115	10,3
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, морковь 30%, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9	10,2	25,6	232	0,6
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			519	15,9	17,1	52,4	435	13
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	4,1	4,8	18,8	135	3
Итого			210	8,4	8,5	25,8	214	3,8
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 110/30 (макаронные изделия высш.сорт, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , повидло 0,650)	110/30	11	8,9	18,9	202	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,3	0,2	14,9	70	0
Итого			350	13,4	9,1	42,7	308	0,1
Всего				47,2	49,1	162,4	1290	17,9

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 марта 2025 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								
2012	413	КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	4,9	7	21,3	168	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	40/7	3	6	20	147	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,7	3	12	90	0,6
Итого			447	11,6	16	53,3	405	1,1
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель 40%, свекла 27%, морковь 30%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,8	2	3,4	37	3,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, фасоль 0,220, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл. , сметана 20% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/9	6,2	6,4	11,4	134	12,4
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл. , масло сливочное , морковь 30%, лук репчатый 16%, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	10,1	10,9	29,4	256	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			699	18,8	19,5	60,6	501	16,5
Полдник								
2008	434	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	5,7	5,3	26,2	175	4,5
Итого			270	11,3	10,2	35,5	280	5,5
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 140/40 (макаронные изделия высш.сорт, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , повидло 0,650)	140/40	19,6	15,2	25,1	319	0,2
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3	0,2	19,9	94	0
Итого			420	22,7	15,4	55	453	0,2
Всего				64,4	61,1	204,4	1639	23,3