

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

9 июля 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	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	17,2	150	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сыр)	30/6/4	3,1	6,4	14,6	128	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	150	3,2	2,7	12,3	87	0,6
Итого			340	10,8	16,1	44,1	365	1,1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	1	4,7	30	1,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, фасоль 0.200, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл. , соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 16%)	150/9	5,7	5,8	12,1	129	15,3
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, лук репчатый 16%, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл. , капуста белокочанная новый урожай 16%)	150	8,7	10,8	10,1	175	18,7
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)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	17,6	18	49,7	439	35,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	231	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (мука пшеничная высш.сорт, творог 5.0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная, крупа рисовая)	160	14,1	9,7	23,5	242	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		12,6	51	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,3	0,2	14,9	70	0
Итого			390	16,6	9,9	56,1	384	0,1
Всего				50,6	49,3	169,7	1338	37,3

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

9 июля 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								
2012	413	КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	5,7	8,6	22,5	189	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сыр)	40/7/6	4,4	7,7	19,9	167	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,5	2,9	11,7	88	0,6
Итого			453	13,6	19,2	54,1	444	1,2
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	2	7,3	51	1,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, 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	6,9	7,6	14,5	160	18,9
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, лук репчатый 16%, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная новый урожай 16%)	200	10,2	10,7	12,4	189	23,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			719	21,2	20,7	62,2	529	44,2
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								
2012	231	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная, крупа рисовая)	180	18,7	13	30,6	316	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		12,6	51	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3	0,2	19,8	93	0
Итого			440	21,9	13,2	70,1	489	0,2
Всего				63,6	59,6	208,5	1638	46,6