

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 августа 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								
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок)	150	4,9	7,1	19,8	163	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	11,4	16,4	45,9	377	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 С ОГУРЦОМ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые)	40	0,4	1	1,9	18	1
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, крупа перловая, морковь 30%, лук репчатый 15%, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., соль йодированная)	150/9	4,3	6	10,6	115	3,6
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (птица тушка охл., крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло сливочное, морковь 30%, соль йодированная, капуста белокочанная, новый урожай 16%, яйца куриные (шт.))	150	8,9	7,9	9	143	12,2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,2	15,3	43,4	377	16,8
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	1,7	13,2	73	0
Итого			168	5,6	5,4	20,2	152	0,8
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай неразделанный, вода питьевая, морковь 30%, лук репчатый 15%, масло подсолнечное рафинированное)	60	6,5	6,2	1,8	89	0,8
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	2,6	4,3	18,8	125	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,6	0,2	17,4	82	0
Итого			400	11,8	10,7	46,9	332	0,8
Всего				45,5	47,9	166,5	1281	21,6

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 августа 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	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок)	200	6,4	8,9	25,9	209	0,8
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	3,3	7,8	13	135	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	4,3	3,7	13,6	106	0,8
Итого			453	14	20,4	52,5	450	1,6
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,3	0,1	6,4	27	1,3
Итого			100	0,3	0,1	6,4	27	1,3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦОМ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые)	60	0,7	1	3,9	28	2
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (крупа перловая, картофель 24%, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, соль йодированная)	200/11	5,4	9	14,9	163	4,2
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (птица тушка охл., крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло сливочное, морковь 30%, соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 16%, яйца куриные (шт.))	200	10,2	9,4	12,4	175	16
2012	376	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			721	19,6	19,8	61,1	503	22,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,3	4,7	8,9	100	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,7	13,2	73	0
Итого			218	6,6	6,4	22,1	173	1
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай неразделанный, вода питьевая, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	80	8,2	6,3	2,2	98	0,9
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное)	140	4	4,5	28,5	171	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	1,9	0,2	12,8	60	0
Итого			460	14,2	11	52,5	365	0,9
Всего				54,7	57,7	194,6	1518	27