

Утверждаю

И.о.заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Е.П.Страдымова/

МЕНЮ**10 апреля 2025 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	150	5,1	7	16,5	151	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,1	2,5	10,8	78	0,5
Итого			340	11,4	15,9	42,4	359	1,1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	2	4,7	39	1,3
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	1,6	4,7	8,2	83	9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (птица тушка охл., картофель 40%, лук репчатый 16%, вода питьевая, морковь 30%, соль йодированная, масло сливочное)	150	8	8,3	11,3	152	5,9
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	12,8	15,4	47	379	16,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			9,9	39	0
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	4,1	3,8	27,1	159	0
Итого			210	4,1	3,8	37	198	0
Ужин								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное)	150	1,5	6,4	6,2	89	14,7
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,3	0,2	15,3	72	0
Итого			360	3,9	6,6	28,5	189	14,7
Всего				32,2	41,7	154,9	1125	32

Утверждаю

И.о.заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Е.П.Страдымова/

МЕНЮ**10 апреля 2025 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	5,8	8,2	20,6	180	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7/6	4,2	7,8	18,7	162	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,9	2,3	13,7	88	0,5
Итого			453	12,9	18,3	53	430	1,1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	3	7,3	60	1,9
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/11	1,9	5,7	9,5	97	10,9
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (птица тушка охл., картофель 40%, лук репчатый 16%, вода питьевая, морковь 30%, соль йодированная, масло сливочное)	200	9,1	9	15,7	180	8,1
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	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	15,1	18,1	59,5	462	20,9
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			11,7	46	0
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	70	5,6	4,1	34,8	199	0,1
Итого			270	5,6	4,1	46,5	245	0,1
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная 20%, масло сливочное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	1,7	6,4	8	98	17,6
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3,1	0,3	20,5	97	0
Итого			420	4,9	6,7	35,6	224	17,6
Всего				38,5	47,2	194,6	1361	39,7