

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

11 июля 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное , крупа рисовая)	200	4,9	7,2	22	173	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7/6	4,1	7,8	17,9	158	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,6	2,1	9,3	67	0,4
Итого			453	11,6	17,1	49,2	398	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная новый урожай 16% , лук репчатый 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	1	3	4,7	51	21,9
2012	57	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 27%, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл. , соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 16%)	200/11	6,1	7,9	16,2	162	14,7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл. , масло сливочное , картофель 40%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	200	10,5	14,7	16,4	240	8,6
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	20,9	26	66,3	586	45,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
	62	ГРЕНКИ (яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный мокшанский 0,700, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	50	2,9	1,4	12,9	76	0,1
Итого			250	8,5	6,3	22,2	181	1,1
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная новый урожай 16% , масло сливочное , морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	2,8	5,3	10,7	104	28
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	2,7	0,2	17,8	84	0
Итого			420	5,6	5,5	36,6	220	28
Всего				46,6	54,9	174,3	1385	75,3

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

11 июля 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, крупа рисовая)	150	4,4	6,2	20,2	155	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	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3	2,4	10,7	77	0,5
Итого			340	10,6	15	46	362	1,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная новый урожай 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, соль йодированная)	40	0,4	2	3,4	34	11,1
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 27%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., картофель 40%, соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 16%)	150/9	4,8	8	13,3	146	11
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное, картофель 40%, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.))	150	8,6	10,4	12,1	177	6,5
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	16,4	20,8	50,7	458	28,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
212	62	ГРЕНКИ (яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	40	2,2	1,1	9,3	55	0,1
Итого			190	6,5	4,8	16,3	134	0,9
Ужин								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная новый урожай 16%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное)	150	2,3	5,4	8,4	94	23,3
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	1,6	0,1	10,2	48	0
Итого			360	4	5,5	23,7	163	23,3
Всего				37,5	46,1	136,7	1117	53,9