

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
 12 февраля 2025 г.  
 Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,2	5,9	18,9	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	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			336	9,5	13,5	45,6	343	1
<b>Обед</b>								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 30%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	40	0,5	1,9	2,7	31	4,5
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 30%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	150/9	4,1	5,9	9,4	109	4,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	6,8	7,2	1,9	100	0,5
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (соль йодированная, макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,2	2	20,6	113	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			559	17,2	17,4	56,5	454	9,5
<b>Полдник</b>								
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 0,550, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	40	2,3	1,1	9,9	57	0,1
Итого			190	6,6	4,8	16,9	136	0,9
<b>Ужин</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	140	13,7	14,4	16	251	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	40	0,1		15,9	64	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	1,3	0,1	8,6	41	0
Итого			390	15,2	14,5	46,5	380	0,1
Всего				48,5	50,2	165,5	1313	11,5

Утверждаю

И.о. Заведующей

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

**МЕНЮ**  
**12 февраля 2025 г.**  
**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	200	5	8	24	188	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7	2,4	6	15,8	126	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,2	11,3	76	0,5
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>10,1</b>	<b>16,2</b>	<b>51,1</b>	<b>390</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 30%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	60	0,8	3,9	3,4	53	6,8
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 30%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	200/11	5,2	8	12,9	144	6,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	7,6	7,8	2,6	112	0,6
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая)	130	4,3	2,1	27,4	146	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>721</b>	<b>21,2</b>	<b>22,2</b>	<b>75,3</b>	<b>588</b>	<b>13,6</b>
<b>Полдник</b>								
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 0,550, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	50	2,7	1,3	11,5	68	0,1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,3</b>	<b>6,2</b>	<b>20,8</b>	<b>173</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (мука пшеничная высш. сорт, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	160	18,6	16,2	17,2	293	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		11	44	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	2,4	0,2	15,7	74	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>21,2</b>	<b>16,4</b>	<b>50</b>	<b>436</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>60,8</b>	<b>61</b>	<b>197,2</b>	<b>1587</b>	<b>16</b>