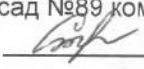


Утверждаю

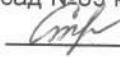
И.о.заведующей
МДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 /Е.П.Страдымова/

МЕНЮ

14 апреля 2025 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное , сыр)	150	4	4,7	20,6	140	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	150	0,1		7	28	0
Итого			336	6,4	9,9	42,7	284	0
Обед								
2008		САЛАТ "СОЛНЫШКО" (морковь 30%, кукуруза консервы 0,240, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,4	1,9	1,8	27	0,6
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	150/9	4,1	5,9	9,3	109	4,5
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированое, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная 20%)	150	8,3	10	7,3	155	18
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	15,4	18,2	43,2	404	23,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое)	60	4,3	5,9	23,3	163	0,1
Итого			210	8,6	9,6	30,3	242	0,9
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное , соль йодированная)	150	5,2	7,2	0,8	88	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,1	2,7	10,8	81	0,6
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,3	0,2	15	71	0
Итого			360	10,6	10,1	26,6	240	0,6
Всего				41	47,8	142,8	1170	24,6

Утверждаю

И.о.заведующей
МАОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 /Е.П.Страдымова/

МЕНЮ

14 апреля 2025 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное , сыр)	200	5,6	6,1	27,4	187	0
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	40/7	3	6	19,7	145	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			447	8,7	12,1	55,2	364	0
Обед								
2008		САЛАТ "СОЛНЫШКО" (морковь 30%, кукуруза консервы 0,240, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,5	1,9	2,3	29	0,7
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл. , сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	200/11	5,2	9	12,8	152	6,1
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл. , капуста белокочанная 20%)	200	9,5	11,4	8,4	177	22,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	18,5	22,7	53,4	495	29,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	70	5,5	6,1	31,1	201	0,1
Итого			270	11,1	11	40,4	306	1,1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное)	160	5,2	7,2	0,8	89	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,2	2,7	12,8	89	0,6
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3	0,2	20	95	0
Итого			400	11,4	10,1	33,6	273	0,6
Всего				49,7	55,9	182,6	1438	30,9