

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ**14 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	150	4,6	6,1	16,4	140	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 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	2,6	2,2	9,6	69	0,5
Итого			340	10,4	14,7	41,1	339	1,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ (томаты грунтовые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2,4	1,9	32	3,3
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (картофель 24%, горох, лук репчатый 16%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский 0,700, птица тушка охл.)	150/9/9	7,1	8,6	20,4	187	3,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2	2,3	13,3	82	6,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	6,9	7,2	2,5	103	0,7
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			12,8	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0.700)	40	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			588	17,7	20,7	59,4	496	14,3
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	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 30%, хлеб пшеничный мокшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное)	50	6,1	2,3	1,7	53	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	2,6	16,6	104	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2,1	0,2	13,8	65	0
Итого			370	12	5,1	37,2	243	0,4
Всего				45,7	45,8	157,5	1228	16,6

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

14 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	4,9	6,9	20,4	164	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7/6	4,2	7,8	18,5	161	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,6	2,1	8,6	65	0,4
Итого			453	11,7	16,8	47,5	390	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ (томаты грунтовые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,7	3,6	2,8	47	4,9
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский 0,700, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 30%, соль йодированная, горох, картофель 24%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,2	9,1	26	223	4,4
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	7,7	7,8	3,3	115	0,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	2,5	18,8	110	9,1
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на фруктовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			750	22	23,2	76,1	604	19,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	6,9	6,5	22,1	176	1
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 30%, хлеб пшеничный мокшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	70	8,2	2,5	3,8	71	0,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	3,7	21,9	140	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	2,8	0,2	18,4	87	0
Итого			440	16	6,4	52,2	330	0,5
Всего				56,6	52,9	197,9	1500	21,7