

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 ноября 2024 г.
 Если 12 часов

Если 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 0,550)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0	
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,3	2,9	11	84	0,6	
Итого			340	10,9	15,5	46,3	369	1,2	
II Завтрак									
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2	
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2	
Обед									
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 20%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	2	4,7	39	1,3	
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (картофель 24%, горох, лук репчатый 16%, морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржаной 0,730, птица тушка охл.)	150/9/9	7,1	4,7	20,4	152	3,8	
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (птица тушка охл., крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло сливочное, морковь 23%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%, яйца куриные (шт.))	150	8,9	8,7	9	150	12,2	
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	1,3	0,2	8,5	41	0	
Итого			548	17,9	15,6	50,4	413	17,3	
Полдник									
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8	
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	3,6	3,6	23,8	142	0	
Итого			210	7,9	7,3	30,8	221	0,8	
Ужин									
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай неразделанный, вода питьевая, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	60	6,5	4,3	1,8	71	0,8	
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	2,6	2,7	18,8	111	0	
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	2,1	0,2	14	66	0	
Итого			400	11,3	7,2	41,6	276	0,8	
Всего				48,5	45,7	179,2	1322	22,1	

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 ноября 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	4,6	7	23,5	176	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7/6	4,2	7,8	18,9	163	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,3	2,8	11,8	86	0,6
Итого			453	12,1	17,6	54,2	425	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,6	0,1	12,4	53	2,5
Итого			100	0,6	0,1	12,4	53	2,5
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 20%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	2	7,3	51	1,9
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной 0,730, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 23%, соль йодированная, горох, картофель 24%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,2	6,2	26	197	4,4
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (птица тушка охл., крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло сливочное, морковь 23%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%, яйца куриные (шт.))	200	10,2	9,4	12,3	175	16
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			730	21,9	17,8	64,9	509	22,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,3	4,7	8,9	100	1
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	5,9	32,2	201	0,1
Итого			270	10,3	10,6	41,1	301	1,1
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай неразделанный, вода питьевая, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	80	8,2	3,4	2,2	72	0,9
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное)	140	4	3,7	28,5	163	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	2,8	0,2	18,6	88	0
Итого			460	15,1	7,3	56,4	352	0,9
Всего				60	53,4	229	1640	28