

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

16 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	5,3	7,7	19,7	170	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,5	7,9	20,6	171	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,8	3,2	13,6	99	0,6
Итого			453	13,6	18,8	53,9	440	1,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	1,9	3,6	35	1,7
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	200	7,2	7,7	23,2	193	5,2
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная новый урожай 16%, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, птица тушка охл., лук репчатый 16%, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	10,5	9,9	14,9	194	24,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			710	21,6	19,9	67,8	543	31,6
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	200	8,4	7,3	11,6	154	2
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	4,9	35,7	210	0,1
Итого			270	13,9	12,2	47,3	364	2,1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное)	160	24	19,5	13,8	330	0,4
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		9,7	39	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		5,2	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,1	0,3	20,5	97	0
Итого			420	27,3	19,8	49,2	487	0,4
Всего				76,4	70,7	218,2	1834	35,2

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д. Короткова/

МЕНЮ

16 июля 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,5	6,5	15,6	140	0,5
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	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,6	3,1	11,5	89	0,6
Итого			340	11,3	16	42,2	359	1,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	1	2,3	20	1,1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	150/9	6	6,7	18,6	159	4,4
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная новый урожай 16%, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, лук репчатый 16%, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, птица тушка охл., масло сливочное, соль йодированная)	150	8,9	9,2	10,8	165	19,1
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	17,9	17,3	53,6	445	24,6
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,4	3,8	6	80	1,1
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)	60	4,9	3,9	30,9	178	0,1
Итого			210	9,3	7,7	36,9	258	1,2
Ужин								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	140	16,3	14,6	9,1	235	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20			7,1	28	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,3	0,2	15,4	73	0
Итого			340	18,7	14,8	37,6	360	0,3
Всего				57,2	55,8	170,3	1422	27,2