

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 октября 2024 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	417	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок)	150	4,4	6	18,8	148	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700, сыр)	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)	180	2,7	2,4	10,1	73	0,5
Итого			370	10,3	14,8	44	351	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная 20%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый 16%, соль йодированная)	40	0,4	1	3,4	25	11,1
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 20%, соль йодированная)	150/9	4,1	5,9	9,4	109	4,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (птица тушка охл., картофель 24%, лук репчатый 16%, вода питьевая, морковь 23%, соль йодированная, масло сливочное)	150	8	9,1	11,3	159	5,8
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			16,7	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	15,1	16,4	57,8	442	21,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.))	60	3,4	1	19,2	99	0
Итого			210	7,7	4,7	26,2	178	0,8
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 23%, хлеб пшеничный мокшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное)	50	4,6	2,2	1,6	45	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	2,6	16,6	104	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
Итого			370	10,7	5	38,4	241	0,3
Всего				43,8	40,9	166,4	1212	23,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 октября 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5	6,1	23,1	168	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7/6	4,4	7,9	20	168	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,8	2,4	11,1	78	0,5
Итого			453	12,2	16,4	54,2	414	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная 20%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	1	1	4,7	33	21,9
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 20%, соль йодированная)	200/11	5,2	7	12,9	135	6,2
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (птица тушка охл. , картофель 24%, лук репчатый 16%, вода питьевая, морковь 23%, соль йодированная, масло сливочное)	200	9,1	10,6	15,7	195	8,1
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			16,5	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	18,6	19	71	531	36,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	5	4,5	26,6	166	0,1
Итого			270	10,6	9,4	35,9	271	1,1
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 23%, хлеб пшеничный мокшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	70	6,7	2,5	3,8	66	0,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	3,7	21,9	140	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	3,1	0,3	20,5	97	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
Итого			440	14,8	6,5	55,2	339	0,5
Всего				56,2	51,3	216,3	1555	38,8