

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 октября 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок)	150	4,9	7,1	19,8	163	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,3	2,7	11,1	82	0,6
Итого			336	10,5	15	46	361	1,2
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 23%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	40	0,5	1,9	2,7	31	4,5
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 20%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., картофель 24%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	4,8	5,8	13	124	10,9
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, морковь 23%, томатная паста 0,480, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9	12	25,7	248	0,6
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,2	0,3	13,9	67	0
Итого			539	16,5	20	61,1	493	16
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,5	3	5,7	64	0,6
212	62	ГРЕНКИ (яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	40	1,8	1	7,7	46	0,1
Итого			190	5,3	4	13,4	110	0,7
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 110/30 (макаронные изделия высш. сорт, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, повидло 0,650)	110/30	8,8	8,6	16,2	179	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	0,7	0,1	4,4	21	0
Итого			350	9,6	8,7	25,7	221	0,1
Всего				41,9	47,7	146,2	1185	18

[illegible]

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

И.О.

Ю.В.

МДОУ «Детский сад №89»

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок)	200	4,9	7,6	23,5	182	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7	2,2	6	14,5	120	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,4	2,7	11,5	85	0,6
Итого			447	10,5	16,3	49,5	387	1,2
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 23%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	60	0,8	1,9	3,4	35	6,8
2012	57	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 20%, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/11	6	7,8	15,6	158	14,6
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное, морковь 23%, лук репчатый 16%, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	10,1	12,7	29,8	274	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,1	0,4	20	96	0
Итого			721	20	22,8	74,6	586	22,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
	62	ГРЕНКИ (яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	50	2,8	1,4	12,4	73	0,1
Итого			250	8,4	6,3	21,7	178	1,1
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 140/40 (макаронные изделия высш.сорт, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, повидло 0,650)	140/40	13,8	13	15,5	238	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	2,1	0,2	13,5	64	0
Итого			420	16	13,2	37	334	0,1
Всего				54,9	58,6	182,8	1485	24,6