

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

18 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                 | Выход   | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                    |         | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                    |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 417                 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ<br>(крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок)                                                                              | 150     | 4,7               | 6,3        | 19,2             | 153                                                | 0,6                   |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ<br>(сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                         | 30/6/4  | 3,2               | 6,4        | 15,1             | 130                                                | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                         | 150     | 2,8               | 2,3        | 9,7              | 71                                                 | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 340     | 10,7              | 15         | 44               | 354                                                | 1,1                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                    |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 399                 | СОК<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                              | 100     | 0,5               | 0,1        | 10,1             | 4                                                  | 2                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 100     | 0,5               | 0,1        | 10,1             | 43                                                 | 2                     |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                    |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 81                  | СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ<br>(картофель 40%, горох, лук репчатый 16%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржаной 0,730, птица тушка охл.) | 150/9/9 | 6,9               | 4,6        | 18,5             | 143                                                | 2,8                   |
| 2012                          | 132                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ<br>(масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная 20%)         | 150     | 8,3               | 10,8       | 7,3              | 162                                                | 18                    |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                    | 150     |                   |            | 5,8              | 23                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной 0,730)                                                                                                                                                                 | 40      | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 508     | 17,8              | 15,8       | 48,6             | 410                                                | 20,8                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                    |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                 | 150     | 4,3               | 3,7        | 7                | 79                                                 | 0,3                   |
| 212                           | 62                  | ГРЕНКИ<br>(яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный 0,550, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                    | 40      | 1,9               | 1,1        | 6,9              | 43                                                 | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 190     | 6,2               | 4,8        | 13,9             | 122                                                | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                    |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ<br>(свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                                 | 40      | 0,4               | 1,9        | 2,3              | 29                                                 | 1,1                   |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)                                                                                                                | 130     | 2,1               | 3,9        | 15,7             | 107                                                | 7,8                   |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                          | 180     | 0,1               |            | 6                | 24                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                                           | 30      | 1,5               | 0,1        | 10               | 47                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 380     | 4,1               | 5,9        | 34               | 207                                                | 8,9                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                    |         | 39,3              | 41,6       | 150,6            | 1136                                               | 33,7                  |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**18 марта 2025 г.**  
**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                 | Выход    | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                    |          | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ<br>(крупа пшеничная, 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<br>(сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                         | 40/7/6   | 3,3               | 7,8        | 12,6             | 133                                                | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                         | 200      | 2,5               | 2,1        | 12,2             | 79                                                 | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 453      | 10,8              | 16         | 47,9             | 379                                                | 0,9                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 399                 | СОК<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                              | 200      | 0,6               | 0,1        | 12,9             | 55                                                 | 2,6                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 200      | 0,6               | 0,1        | 12,9             | 55                                                 | 2,6                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 109                 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ<br>(хлеб ржаной 0,730, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 30%, соль йодированная, горох, картофель 40%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.) | 200/11/9 | 9                 | 5,2        | 24,9             | 183                                                | 3,9                   |
| 2012                          | 132                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ<br>(масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокачанная 20%)         | 200      | 9,5               | 12,2       | 8,4              | 184                                                | 22,4                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                    | 200      |                   |            | 5,8              | 23                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной 0,730)                                                                                                                                                                 | 50       | 3,3               | 0,4        | 21,2             | 102                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 670      | 21,8              | 17,8       | 60,3             | 492                                                | 26,3                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                 | 200      | 5,6               | 4,9        | 9,3              | 103                                                | 1                     |
|                               | 62                  | ГРЕНКИ<br>(яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный 0,550, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                    | 50       | 2,7               | 1,3        | 11,5             | 68                                                 | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 250      | 8,3               | 6,2        | 20,8             | 173                                                | 1,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ<br>(свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                                 | 60       | 0,6               | 1,9        | 3,6              | 35                                                 | 1,7                   |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное.)                                                                                                               | 150      | 2,7               | 4,9        | 18,7             | 130                                                | 9,1                   |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                          | 200      | 0,1               |            | 6,1              | 25                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                                           | 40       | 2                 | 0,2        | 13,3             | 63                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                    | 450      | 5,4               | 7          | 41,7             | 253                                                | 10,8                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                    |          | 46,9              | 47,1       | 183,6            | 1352                                               | 41,7                  |