

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

18 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	200	4,8	7,9	23,7	185	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4	7,8	17,3	155	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,4	2,9	11,1	85	0,6
Итого			453	12,2	18,6	52,1	425	1,2
Обед								
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский 0,700, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 30%, соль йодированная, сметана 20% жирности, горох, картофель 40%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,6	10,3	27,8	243	5,1
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
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			645	21,8	20,4	62	523	29,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	6,9	6,5	22,1	176	1
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочное)	200	5	5,8	15,1	134	0,7
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	2,4	0,2	16,1	76	0
Итого			440	7,5	6	39,3	242	0,7
Всего				48,4	51,5	175,5	1366	32,7

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

18 июля 2024 г.

Если 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,6	6,3	19,5	154	0,6
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	3,3	2,9	11	84	0,6
Итого			340	11,1	15,6	45,6	368	1,2
Обед								
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (картофель 40%, горох, лук репчатый 16%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский 0,700, птица тушка охл.)	150/9/9	7,3	9,4	20,6	196	3,7
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			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			488	17,5	18,8	45,7	425	22,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочное)	150	3,8	5,8	12,2	118	0,6
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	1,9	0,2	12,2	58	0
Итого			360	5,8	6	31,4	204	0,6
Всего				40	45,7	142,5	1147	25,4