

Утверждаю

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

# МЕНЮ

18 декабря 2024 г.  
 Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                 | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<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 пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок)                                                                                            | 150   | 4,4               | 6          | 18,8             | 148                                           | 0,5                   |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                               | 30/6  | 2,3               | 5,2        | 15,1             | 116                                           |                       |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                         | 150   | 3                 | 2,4        | 11,6             | 81                                            | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 336   | 9,7               | 13,6       | 45,5             | 345                                           | 1                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки свежие)                                                                                                                                                                                          | 100   | 0,2               | 0,2        | 3,8              | 18                                            | 3,9                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 100   | 0,2               | 0,2        | 3,8              | 18                                            | 3,9                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 39                  | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ<br>(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                          | 67                  | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ<br>(картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 20%, соль йодированная)                  | 150/9 | 4,1               | 5,9        | 9,4              | 109                                           | 4,5                   |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ<br>(лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)                                                                          | 60    | 6,8               | 7,2        | 1,9              | 100                                           | 0,5                   |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное.)                                                                                                                               | 110   | 1,8               | 2,2        | 11,3             | 72                                            | 5,5                   |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                    | 150   |                   |            | 4,9              | 19                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной 0,730)                                                                                                                                                                                 | 40    | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 559   | 15,8              | 17,6       | 47,2             | 413                                           | 15                    |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                 | 150   | 4,3               | 3,7        | 7                | 79                                            | 0,8                   |
| 2008                          | 42                  | ПЛЮШКА С САХАРОМ<br>(мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное) | 60    | 4,3               | 5,1        | 23,3             | 156                                           | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 210   | 8,6               | 8,8        | 30,3             | 235                                           | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 238                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ<br>(творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь 23%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное.)           | 140   | 28,2              | 18,8       | 17,5             | 358                                           | 1                     |
| 2012                          | 358                 | СЛАДКАЯ ПОДЛИВА<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр.)                                                                                                                                                        | 40    |                   |            | 2,3              | 9                                             | 0                     |
| 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    | 2,2               | 0,2        | 14,6             | 69                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 390   | 30,5              | 19         | 40,4             | 460                                           | 1                     |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       | 64,8              | 59,2       | 167,2            | 1471                                          | 21,8                  |

Утверждаю

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

# МЕНЮ

18 декабря 2024 г.  
 Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                 | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<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        | 23,2             | 169                                           | 0,5                   |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                               | 40/7   | 3                 | 6          | 19,6             | 144                                           | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                         | 200    | 2,1               | 1,7        | 10,4             | 66                                            | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 447    | 10,1              | 13,8       | 53,2             | 379                                           | 0,9                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки свежие)                                                                                                                                                                                          | 100    | 0,2               | 0,2        | 3,8              | 18                                            | 3,9                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 100    | 0,2               | 0,2        | 3,8              | 18                                            | 3,9                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 39                  | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ<br>(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                  | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ<br>(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                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ<br>(лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)                                                                          | 70     | 7,6               | 7,8        | 2,6              | 112                                           | 0,6                   |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное )                                                                                                                               | 150    | 2,7               | 4,1        | 18,8             | 124                                           | 9,1                   |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                    | 200    |                   |            | 6,8              | 27                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной 0,730)                                                                                                                                                                                 | 50     | 3,3               | 0,4        | 21,2             | 102                                           | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 741    | 19,6              | 21,2       | 65,7             | 535                                           | 22,7                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                 | 200    | 5,6               | 4,9        | 9,3              | 105                                           | 1                     |
| 2008                          | 42                  | ПЛЮШКА С САХАРОМ<br>(мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное) | 70     | 5,5               | 6,1        | 31,1             | 201                                           | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 270    | 11,1              | 11         | 40,4             | 306                                           | 1,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 238                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ<br>(творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь 23%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное )           | 160    | 14,5              | 11,6       | 17,2             | 234                                           | 0,7                   |
| 2012                          | 358                 | СЛАДКАЯ ПОДЛИВА<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр.)                                                                                                                                                        | 20     |                   |            | 3,9              | 15                                            | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(вода питьевая, сахар песок, чай черный )                                                                                                                                                         | 200    | 0,1               |            | 6,1              | 25                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                                                           | 40     | 3                 | 0,2        | 19,5             | 92                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 420    | 17,6              | 11,8       | 46,7             | 366                                           | 0,7                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    |        | 58,6              | 58         | 209,8            | 1604                                          | 29,3                  |