

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 ноября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, крупа рисовая)	150	3,8	5,7	19,3	145	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,8	2,3	9,9	72	0,5
Итого			340	9,8	14,4	44,3	347	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ (капуста белокочанная 20%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, соль йодированная, свекла 20%)	40	0,7	2	4,5	39	11,7
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.)	150/9	5,8	6,7	17,3	154	3,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, птица тушка охл., яйца куриные (шт.))	60	7,6	10,7	2,2	136	0,5
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,2	2	20,6	113	0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			13,8	55	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			559	19,9	21,8	75,4	579	16,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,8	4,1	7,9	88	0,9
2012	458	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, повидло 0,650, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	60	3,9	3,2	28,6	158	0,1
Итого			210	8,7	7,3	36,5	246	1
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	8,5	5,9	7,2	115	0,2
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	130	9,6	2,3	20,1	139	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,1	0,2	14,1	67	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
Итого			410	20,3	8,4	47,4	345	0,2
Всего				58,7	51,9	203,6	1517	18,3

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 ноября 2024 г.
 Сад 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, крупа рисовая)	200	4,4	6,8	23,1	171	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7/6	4,3	7,8	18,9	163	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,3	1,9	14	83	0,4
Итого			453	11	16,5	56	417	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ (капуста белокочанная 20%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, свекла 20%)	60	1	3	5,7	55	18,6
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.)	200	7,1	8,7	21,7	194	4,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (птица тушка охл., хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.))	70	8,6	10,7	2,9	142	0,6
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая)	130	4,3	2,1	27,4	146	0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			17,5	70	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			710	24,3	24,9	96,4	709	23,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,5	4,8	9,2	103	1
2012	458	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш. сорт, повидло 0,650, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	70	4,6	4,5	37,2	207	0,1
Итого			270	10,1	9,3	46,4	310	1,1
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	10,5	8,2	8,2	147	0,3
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	140	14,5	3,4	30,4	210	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	2,9	0,2	18,8	89	0
Итого			460	28	11,8	67,4	486	0,3
Всего				73,4	62,5	266,2	1922	26