

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 января 2025 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	417	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок)	150	5	6,5	19,7	158	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550, сыр)	30/6	2,2	5,2	14,6	114	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,3	2,9	11	84	0,6
Итого			366	10,5	14,6	45,3	356	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки свежие)	100	0,2	0,2	5,4	26	5,5
Итого			100	0,2	0,2	5,4	26	5,5
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	1,9	2,3	29	1,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 30%, морковь 30%, лук репчатый 16%, фасоль 0,220, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	5,3	5,8	11,1	123	11,2
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (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 (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,6	18,9	43,5	419	30,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	3,4	2,9	19,2	116	0
Итого			210	7,7	6,6	26,2	195	0,8
Ужин								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 30%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	40	0,5	2,9	2,7	39	4,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 30%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2,2	3,9	15,7	107	7,8
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,3	0,2	14,9	70	0
Итого			380	5,1	7	39,3	240	12,3
Всего				40,1	47,3	159,7	1236	50,1

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ**21 января 2025 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	189	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5,1	6,2	23,3	171	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550, сыр)	40/7	3	6	20	146	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,6	3,1	13,4	96	0,6
Итого			447	11,7	15,3	56,7	413	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки свежие)	100	0,2	0,2	5,4	26	5,5
Итого			100	0,2	0,2	5,4	26	5,5
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 30%, морковь 30%, лук репчатый 16%, фасоль 0,220, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/9	6,6	6,6	13,6	146	14,8
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная 20%)	200	9,5	13,2	8,4	193	22,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			719	20	23,1	52,6	507	38,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	5	5,5	26,6	174	0,1
Итого			270	10,6	10,4	35,9	279	1,1
Ужин								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 30%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	60	0,8	2,9	3,4	44	6,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 30%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	4,9	18,8	131	9,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3	0,2	19,9	94	0
Итого			450	6,6	8	50,2	301	15,9
Всего				49,1	57	200,8	1526	62,6