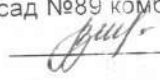


Утверждаю

И. о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

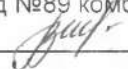
 /Ю. В. Винокурова/**МЕНЮ****21 августа 2024 г.****Ясли 12 часов**

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								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок)	150	4,4	6	18,8	148	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сыр)	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)	180	3,1	2,7	10,8	81	0,6
Итого			370	10,7	15,1	44,7	359	1,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ (томаты грунтовые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2	1,9	28	3,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 30%, лук репчатый 16%, фасоль 0,200, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 15%)	150/9	5,8	5,9	12,3	130	15,5
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), птица тушка охл.)	60	7,9	9,2	7	142	0,6
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (соль йодированная, макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,2	2,8	20,6	120	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			559	19,9	20,3	66,6	533	19,4
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.))	60	3,4	1	19,2	99	0
Итого			210	7,7	4,7	26,2	178	0,8
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	9,5	6	7,6	123	0,2
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	130	9,6	3,1	20,1	147	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,4	0,2	15,8	75	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,1	21	0
Итого			380	21,6	9,3	48,6	366	0,2
Всего				59,9	49,4	186,1	1436	21,5

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

 /Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

21 августа 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								
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 И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7/6	4,6	7,9	21,1	173	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,9	2,5	11,3	80	0,5
Итого			453	12,6	16,6	55,7	424	1,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ (томаты грунтовые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,7	2	3	35	5,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 30%, лук репчатый 16%, фасоль 0,200, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная новый урожай 16%)	200/9	7	6,6	14,9	153	19,2
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, птица тушка охл.)	70	9,2	9,9	11,5	171	0,8
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая)	130	4,3	3,7	27,4	160	0
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)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			719	24,5	22,6	86,7	553	25,6
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.))	70	5	1,6	26,6	139	0,1
Итого			270	10,6	6,5	35,9	244	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	11,2	8,6	5,9	144	0,3
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	140	14,6	4,2	30,4	218	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	3,3	0,3	21,6	102	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
Итого			460	29,2	13,1	65	493	0,3
Всего				76,9	58,8	243,3	1817	28,1