

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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								
2012	413	КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	5	7,1	21,4	170	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	40/7	3,2	6,1	21,1	151	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,8	3,1	12,2	93	0,7
Итого			447	12	16,3	54,7	414	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки свежие)	100	0,3	0,3	8	39	8,2
2012	399	СОК (сок яблочный)	200	0,6	0,1	11,7	50	2,3
Итого			300	0,9	0,4	19,7	89	10,5
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель 30%, свекла 27%, морковь 30%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,8	2	3,8	38	3,5
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной 0,730, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 30%, соль йодированная, горох, картофель 30%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,2	5,2	25,9	188	4,3
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное , морковь 30%, лук репчатый 16%, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	10,1	10,9	29,8	258	0,8
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	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			710	21,8	18,3	75,9	558	8,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, виноград сушеный (изюм))	70	5,7	6,8	34,5	223	0,1
Итого			270	11,3	11,7	43,8	328	1,1
Ужин								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь 30%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	160	17,8	13,4	18,1	267	0,8
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		11,1	45	0
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	3,2	0,3	21	99	0
Итого			420	21,2	13,7	58,3	443	0,8
Всего				67,2	60,4	252,4	1832	22,2

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 января 2025 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								
2008	189	КАША "НЕЖНОСТЬ " НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,5	7	16,2	146	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,7	2,2	10,2	71	0,5
Итого			336	9,5	14,4	41,5	333	1
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	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель 30%, свекла 27%, морковь 30%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	2	3,5	36	2,7
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (картофель 30%, горох, лук репчатый 16%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржаной 0,730, птица тушка охл.)	150/9/9	7,1	4,7	20,3	152	3,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл. , масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, морковь 30%, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9	10,2	25,7	232	0,6
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			528	18	17,1	63,8	484	7,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, виноград сушеный (изюм).)	60	4,4	4,9	24,8	161	0,1
Итого			210	8,7	8,6	31,8	240	0,9
Ужин								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь 30%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	140	18,1	11,7	14,8	240	0,8
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		11,1	45	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,4	0,2	15,8	74	0
Итого			370	20,7	11,9	50,6	395	0,8
Всего				57,1	52,2	193,1	1478	15,3