

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 октября 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,5	6,2	19,3	152	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	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	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			336	9,8	13,8	46	349	1,1
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (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 (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 (морковь 23%, лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	6,9	7,2	2,4	103	0,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	110	1,8	2	11,3	70	5,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			559	15,9	17,4	47,7	414	15,2
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	3,9	4,8	21,4	145	0,1
Итого			210	8,2	8,5	28,4	224	0,9
Ужин								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	140	7,6	8,6	7,9	141	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	40	0,1		13,4	54	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,2	0,2	14,4	68	0
Итого			390	10	8,8	41,7	287	0,2
Всего				43,9	48,5	163,8	1274	17,4

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 октября 2024 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	200	4,8	7,9	23,8	185	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7	2,9	6	19,3	143	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,6	2	11,1	74	0,4
Итого			447	10,3	15,9	54,2	402	1
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (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 (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	8	12,9	144	6,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 23%, лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	7,7	7,8	3,1	114	0,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	2,5	18,8	110	9,1
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			741	19,7	20,6	66,2	532	22,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (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	5,2	5,4	31,2	193	0,2
Итого			270	10,8	10,3	40,5	298	1,2
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное)	140	16,1	12,9	11,2	229	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		9,2	37	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	2,9	0,2	19,2	91	0
Итого			400	19,2	13,1	45,7	382	0,3
Всего				60	59,9	206,6	1614	25,4