

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 февраля 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	110	3,7	4,2	16,6	119	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	150	0,1		7	28	0
Итого			296	6,1	9,4	38,7	263	0
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель 30%, морковь 30%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2	2,9	32	2,2
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 30%, крупа перловая, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые , масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная)	150/9	4,3	7	10,5	123	3,6
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ (картофель 30%, капуста белокочанная 20%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , птица тушка охл., соль йодированная, вода питьевая)	150	9,1	10,1	10,4	171	22,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,4	19,5	48,6	439	28,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	4,1	3,8	27,1	159	0
Итого			210	8,4	7,5	34,1	238	0,8
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное , соль йодированная)	150	5,3	8,1	1	98	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,2	13,1	83	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			360	10,3	10,5	29,2	252	0,6
Всего				41,2	46,9	150,6	1192	29,9

Утверждаю

И.о. Заведующей

М.АДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ**24 февраля 2025 г.****Сад 12 часов**

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ска- я цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	4,9	5,3	21,9	155	0
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7	3	6	19,9	146	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		10	40	0
Итого			377	8	11,3	51,8	341	0
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель 30%, морковь 30%, огурцы соленые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	2,1	4,3	41	3,9
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (крупа перловая, картофель 30%, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/11	5,4	9	14,7	162	4,2
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ (вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, картофель 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, птица тушка охл., капуста белокочанная 20%)	200	10,1	12,6	12,8	207	24,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	19,6	24,1	61,7	547	32,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	70	5,5	4,1	35,6	202	0,1
Итого			270	11,1	9	44,9	307	1,1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное)	180	5,5	8,2	1,3	101	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,2	12,3	80	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	1,8	0,1	11,6	55	0
Итого			420	10	10,5	25,2	236	0,6
Всего				48,7	54,9	183,6	1431	34,2