

Утверждаю

И.о.заведующей

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

# МЕНЮ

24 марта 2025 г.  
Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                            | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                               |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 168                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ<br>(крупа гречневая , масло сливочное , сахар песок, молоко пастер 2,5% жирности)                                                                                                                       | 150    | 5,2               | 7,4        | 18,4             | 162                                           | 0                     |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ<br>(сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                                  | 30/6/4 | 3,2               | 6,4        | 15,1             | 130                                           | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(вода питьевая, сахар песок, чай черный )                                                                                                                                                                    | 150    | 0,1               |            | 7                | 28                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 340    | 8,5               | 13,8       | 40,5             | 320                                           | 0                     |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 76                  | РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ<br>(картофель 40%, 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                   |
| 2012                          | 132                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ<br>(капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, птица тушка охл., масло сливочное , соль йодированная)                                          | 150    | 8,3               | 9,2        | 5,4              | 140                                           | 18                    |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                               | 150    |                   |            | 7,8              | 31                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной 0,730)                                                                                                                                                                                            | 40     | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            |                       |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 499    | 15,2              | 16,6       | 40,7             | 376                                           | 21,6                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер 2,5% жирности)                                                                                                                                                                             | 150    | 4,3               | 3,7        | 7                | 79                                            | 0,8                   |
| 2008                          | 460                 | ШТОЛИ С ИЗЮМОМ<br>(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                                           |                       |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 210    | 8,4               | 7,5        | 34,1             | 238                                           | 0,8                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 92                  | САЛАТ "БУРЯЧОК"<br>(свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые )                                                                                                                                           | 40     | 0,6               | 1,9        | 2                | 28                                            | 1,2                   |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель 40%, молоко пастер 2,5% жирности, масло сливочное )                                                                                                                                           | 130    | 2,2               | 3,9        | 15,7             | 107                                           | 7,1                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                                                                      | 30     | 2,4               | 0,2        | 15,8             | 75                                            | 0                     |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                   | 150    | 3,7               | 3,2        | 13,6             | 96                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 350    | 8,9               | 9,2        | 47,1             | 308                                           | 9,7                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               |        | 41                | 47,1       | 162,4            | 1242                                          | 32,7                  |

Утверждаю

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

## МЕНЮ

24 марта 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                     | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                        |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 168                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ<br>(крупа гречневая , масло сливочное , сахар песок, молоко пастер.<br>2,5% жирности)                                                                                                                            | 200    | 5,9               | 7,7        | 21,6             | 179                                                | 0                     |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ<br>(сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                                           | 40/7/6 | 4,6               | 7,9        | 21,2             | 174                                                | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(вода питьевая, сахар песок, чай черный )                                                                                                                                                                             | 200    | 0,1               |            | 10               | 40                                                 |                       |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                        | 453    | 10,6              | 15,6       | 52,8             | 393                                                | 0                     |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 76                  | РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ<br>(крупа перловая, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%,<br>огурцы соленые , масло подсолнечное рафинированное, вода<br>питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, соль<br>йодированная) | 200/11 | 5,4               | 9          | 14,7             | 162                                                | 4                     |
| 2012                          | 132                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ<br>(капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированное,<br>морковь 30%, птица тушка охл., лук репчатый 16%, масло сливочное,<br>соль йодированная)                                              | 200    | 9,5               | 12,4       | 6,6              | 178                                                | 22,4                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                        | 200    |                   |            | 8,7              | 35                                                 |                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной 0,730)                                                                                                                                                                                                     | 50     | 3,3               | 0,4        | 21,2             | 102                                                |                       |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                        | 661    | 18,2              | 21,8       | 51,2             | 477                                                | 26,6                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                     | 200    | 5,6               | 4,9        | 9,3              | 105                                                | 1                     |
| 2008                          | 460                 | ШТОЛИ С ИЗЮМОМ<br>(мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар<br>песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.) , виноград сушеный<br>(изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5%<br>жирности)  | 70     | 5,6               | 6,1        | 36,8             | 224                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                        | 270    | 11,2              | 11         | 46,1             | 329                                                | 1,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 92                  | САЛАТ "БУРЯЧОК"<br>(свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые )                                                                                                                                                    | 60     | 0,8               | 1,9        | 2,9              | 34                                                 |                       |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное )                                                                                                                                                   | 150    | 2,7               | 4,9        | 18,7             | 130                                                | 9                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный 0,550)                                                                                                                                                                                               | 40     | 3,2               | 0,3        | 21,1             | 100                                                | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар<br>песок)                                                                                                                                        | 200    | 3,5               | 2,9        | 13,1             | 93                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                        | 450    | 10,2              | 10         | 55,8             | 357                                                | 11,7                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                        |        | 50,2              | 58,4       | 205,9            | 1556                                               | 40                    |