

Утверждаю

И.о.заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

25 марта 2025 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	150	4,9	6,3	19,9	156	0,0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0,0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3	2,4	11,6	81	0,0
Итого			336	10,2	13,9	46,6	353	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2,0
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2,0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,3	1,9	1,8	26	0,9
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.)	150/9	5,7	8,9	17,2	171	3,0
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, птица тушка охл., яйца куриные (шт.))	60	7,6	9,7	2,2	128	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	110	1,8	3,8	11,3	86	5,0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0,0
Итого			559	18	24,7	57,3	524	10,0
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	16	1,2	1,5	11,3	63	0,0
Итого			166	5,5	5,2	18,3	142	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	8,1	8,1	7,1	134	0,2
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	2,6	1,9	18,8	103	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2	0,2	13	62	0,0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0,0
Итого			410	12,8	10,2	44,9	323	0,2
Всего				47	54,1	177,2	1385	14,0

Утверждаю

И.о.заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокур

МЕНЮ

25 марта 2025 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	4,6	6,7	22	167	0,3
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7	2,6	6	17,2	133	0,3
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,6	2	10,2	70	0,3
Итого			447	9,8	14,7	49,4	370	
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	200	0,8	0,2	15,6	66	3,1
Итого			200	0,8	0,2	15,6	66	3,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.)	200	7,1	9,5	21,6	201	3,1
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (птица тушка охл., хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.))	70	8,6	10,7	2,9	142	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40% молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	4,1	18,8	124	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	
Итого			730	22,3	27,6	75,9	643	15,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	16	1,2	1,5	11,3	63	
Итого			216	6,8	6,4	20,6	168	
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	9,9	8,4	8,5	149	0,3
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное)	140	4	2,9	28,5	156	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		9	36	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	2,6	0,2	17,4	82	
Итого			460	16,6	11,5	63,4	423	0,3
Всего				56,3	60,4	224,9	1670	21,1