

Утверждаю

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

МЕНЮ
 27 декабря 2024 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	150	4,3	5,8	19	146	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,3	2,9	11	84	0,6
Итого			340	10,8	15,1	45,1	360	1,1
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 20%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., картофель 24%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	4,8	5,9	13	125	10,9
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (птица тушка охл., крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло сливочное , морковь 23%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%, яйца куриные (шт.))	150	8,9	8,7	9	150	12,2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			499	16,3	15	45,8	384	23,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , яйца куриные (шт.), лук репчатый 16%)	60	7,4	2,9	2,8	66	0,5
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	2,6	2,7	18,8	111	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,3	0,2	15	71	0
Итого			400	12,4	5,8	42,6	272	0,5
Всего				45,1	41,2	153,3	1166	25,5

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

27 декабря 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	4,7	6,7	22,1	169	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	40/7/6	4,5	7,9	20,3	169	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,3	2,8	11,8	87	0,6
Итого			453	12,5	17,4	54,2	425	1,1
Обед								
2012	57	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 20%, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл. , соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/11	6	7,9	15,6	159	14,6
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (птица тушка охл. , крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло сливочное , морковь 23%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%, яйца куриные (шт.))	200	10,2	9,4	12,3	175	16
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			661	19,5	17,7	56,9	467	30,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	6,9	6,5	22,1	176	1
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , яйца куриные (шт.), лук репчатый 16%)	70	9	2,4	4	74	0,5
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное)	140	4	3,7	28,5	163	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3	0,2	20	94	0
Итого			450	16,1	6,3	59,6	360	0,5
Всего				55	47,9	192,8	1428	33,2