

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр)	150	4	4,7	20,6	140	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	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			336	6,4	9,9	42,7	284	0
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ (морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	40	0,4	3	3,2	42	1,6
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	4,6	6,9	9,1	119	11,9
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное, картофель 24%, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.))	150	8,6	8,8	12,1	163	6,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,2	19,1	49,2	437	20
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	3,8	5	19,9	140	0,1
Итого			210	8,1	8,7	26,9	219	0,9
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное, соль йодированная)	150	5,2	7,9	0,7	95	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,8	2,4	11,3	79	0,5
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2,2	0,2	14,5	69	0
Итого			360	10,2	10,5	26,5	243	0,5
Всего				40,9	48,2	145,3	1183	21,4

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр)	200	5,6	6,1	27,4	187	0
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7	2,9	6	19	142	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			447	8,6	12,1	54,5	361	0
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ (морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	60	0,6	3	4,3	48	2,4
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/11	5,4	7	10,5	128	14
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное, картофель 24%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	200	10,5	13,1	16,4	225	8,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	19,8	23,5	61,1	538	25
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	70	5,5	6,1	31,1	201	0,1
Итого			270	11,1	11	40,4	306	1,1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное)	160	5,2	7,9	0,8	95	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	2,9	2,4	13,2	87	0,5
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	2,9	0,2	19,3	91	0
Итого			400	11	10,5	33,3	273	0,5
Всего				50,5	57,1	189,3	1478	26,6