

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 ноября 2024 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								
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, масло сливочное , сахар песок)	200	5,2	7,9	23,9	187	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	40/7	3	6	19,6	145	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок. молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,7	3	12	91	0,6
Итого			447	11,9	16,9	55,5	423	1,2
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 23%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	60	0,8	1,9	3,4	35	6,8
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной 0,730, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 23%, соль йодированная, горох, картофель 24%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,2	6,2	26	197	4,4
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное , морковь 23%, лук репчатый 16%, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	10,1	12,7	29,8	274	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			730	23,4	21,2	86,2	631	12
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, виноград сушеный (изюм))	70	5,2	5,2	31,1	192	0,1
Итого			270	10,8	10,1	40,4	297	1,1
Ужин								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (творог 9,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180/30	16,5	12,9	14,1	241	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,550)	20	0,1		11,1	45	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			470	19,7	13,1	52,8	410	0,2
Всего				65,8	61,3	234,9	1761	14,5

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 ноября 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								
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное , сахар песок)	150	4,9	7,1	19,8	163	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,1	2,5	10,8	78	0,5
Итого			336	10,3	14,8	45,7	357	1,1
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 23%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	40	0,5	1,9	2,7	31	4,5
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (картофель 24%, горох, лук репчатый 16%, морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржаной 0,730, птица тушка охл.)	150/9/9	7,1	4,7	20,4	152	3,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, морковь 23%, томатная паста 0,480, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9	12	25,7	248	0,6
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			548	19,2	19	71,6	536	8,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, виноград сушеный (изюм))	60	3,9	4,8	21,4	145	0,1
Итого			210	8,2	8,5	28,4	224	0,9
Ужин								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (творог 9,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	140/30	12,5	8,9	11,6	179	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		11,1	45	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	1,1	0,1	7,3	35	0
Итого			400	13,8	9	35,1	280	0,1
Всего				51,5	51,3	180,8	1397	11