

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ**29 января 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	4,9	6,9	22,4	173	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	40/7	2,6	6	17,3	134	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,1	11,2	75	0,4
Итого			447	10,2	15	50,9	382	1
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 30%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	60	0,8	1,9	3,4	35	6,8
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 30%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	200/11	5,2	8	12,9	144	6,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	7,6	7,8	2,6	112	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 30%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	2,5	18,8	110	9,1
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			741	19,6	20,6	65,7	530	22,7
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	4,6	5,3	27,8	177	0,2
Итого			270	10,2	10,2	37,1	282	1,2
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочное , масло подсолнечное рафинированное)	140	17,4	14,4	11,6	248	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		10,3	41	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	2,6	0,2	17,2	81	0
Итого			400	20,2	14,6	45,2	395	0,3
Всего				60,2	60,4	198,9	1589	25,2

Утверждаю

И.о. Заведующей
МАДОУ «Детский сад №39 комбинированного вида»
/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

29 января 2025 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 (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	2,4	11,6	81	0,5
Итого			336	9,6	13,4	45,7	343	1
Обед								
2008	39	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная 20%, морковь 30%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый 16%)	40	0,5	1,9	2,7	31	4,5
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 30%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	150/9	4,1	5,9	9,4	109	4,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	6,8	7,2	1,9	100	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 30%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	110	1,8	2,2	11,3	72	5,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			559	15,8	17,6	47,2	413	15
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	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	140	10,9	10,2	8,5	171	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	40	0,1		14,9	60	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	0,2	12,9	61	0
Итого			390	13,1	10,4	42,3	316	0,2
Всего				46,7	49,9	163,6	1296	17,1