

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 октября 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	4,9	6,3	18,9	153	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700, сыр)	30/6	2,2	5,2	14,6	114	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	150	3,2	2,7	11,4	83	0,6
Итого			336	10,3	14,2	44,9	350	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки свежие)	100	0,2	0,2	3,8	18	3,9
Итого			100	0,2	0,2	3,8	18	3,9
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель 24%, морковь 23%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2	2,9	32	2,2
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.)	150/9	5,8	6,7	17,3	154	3,9
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, морковь 23%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная 20%)	150	8,3	10,8	7,3	162	18
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			12,8	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	17,1	19,9	57,3	481	24,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	36	2,6	3,3	25,5	142	0
Итого			186	6,9	7	32,5	221	0,8
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,3		0,7	5	2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сливочное)	130	2,1	3,9	15,7	107	7,8
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2,1	0,2	13,9	66	0
Итого			380	4,6	4,1	36,3	202	9,8
Всего				39,1	45,4	174,8	1272	39,8

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5,8	7,6	23,8	188	0,7
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700, сыр)	40/7	2,8	6	18,6	140	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,5	2,1	10,4	71	0,4
Итого			447	11,1	15,7	52,8	399	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки свежие)	100	0,2	0,2	3,8	18	3,9
Итого			100	0,2	0,2	3,8	18	3,9
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель 24%, морковь 23%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	2,1	4,3	41	3,9
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.)	200	7,1	8,7	21,7	194	4,4
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, морковь 23%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная 20%)	200	9,5	12,4	8,4	185	22,4
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			13,6	54	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			710	20,7	23,6	69,2	576	30,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	36	2,6	3,3	25,5	142	0
Итого			236	8,2	8,2	34,8	247	1
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	60	0,5	0,1	1	8	3,1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,6	4,9	18,7	130	9,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	2,8	0,2	18,5	87	0
Итого			450	6	5,2	47,2	261	12,2
Всего				46,2	52,9	207,8	1501	48,9