

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 марта 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								
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 0,550)	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		САЛАТ "СОЛНЫШКО" (морковь 30%, кукуруза консервы 0,240, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2,9	1,8	36	0,6
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	150/9	4,1	6,9	9,3	118	4,5
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл., капуста белокочанная 20%)	150	8,3	10,8	7,3	162	18
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	15,4	21	44,1	433	23,1
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	4,3	5,9	23,3	163	0,1
Итого			210	8,6	9,6	30,3	242	0,9
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное , соль йодированная)	150	6,3	8	0,8	102	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3	2,6	10,6	78	0,5
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,4	0,2	16	76	0
Итого			360	11,7	10,8	27,4	256	0,5
Всего				42,1	51,3	144,5	1215	24,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 марта 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								
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 0,550)	40/7	3,2	6,1	21	151	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			447	8,9	12,2	56,5	370	0
Обед								
2008		САЛАТ "СОЛНЫШКО" (морковь 30% кукуруза консервы 0,240, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,5	1,9	2,3	29	0,7
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 27%, соль йодированная)	200/11	5,1	9,6	12,7	157	6,1
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл. , капуста белокочанная 20%)	200	9,5	12,2	8,4	184	22,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	18,4	24,1	54,3	511	29,2
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	6,3	9	0,8	109	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,1	2,6	12,6	86	0,5
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3,2	0,3	21,3	101	0
Итого			400	12,6	11,9	34,7	296	0,5
Всего				51	59,2	185,9	1483	30,8