

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 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	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	3,3	2,7	11,1	82	0,6
Итого			336	10,5	15	46	361	1,2
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	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 20%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., картофель 24%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	4,8	6	13	127	10,9
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
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			12,8	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,9	20,3	71,2	539	16
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	3,6	3,6	23,8	142	0
Итого			210	7,9	7,3	30,8	221	0,8
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , яйца куриные (шт.), лук репчатый 16%)	60	7,8	3	3,4	72	0,5
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,2	2	20,6	113	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	0,1	6,6	31	0
Итого			380	12,1	5,1	35,7	237	0,5
Всего				47,4	47,7	183,7	1358	18,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 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	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок)	200	5	7,7	23,5	183	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7	2,7	6	17,6	135	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,4	2,8	11,5	86	0,6
Итого			447	11,1	16,5	52,6	404	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	57	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 20%, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/11	6	7,9	15,6	159	14,6
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	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			13,6	54	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	20,2	22,9	83,6	624	22,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	70	5	5,9	32,2	201	0,1
Итого			270	10,6	10,8	41,5	306	1,1
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный 0,550, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, яйца куриные (шт.), лук репчатый 16%)	70	9	2,4	4,2	76	0,5
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая)	130	4,3	2,1	27,4	146	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	2,7	0,2	17,5	83	0
Итого			440	16,1	4,7	57,2	337	0,5
Всего				58	54,9	234,9	1671	25