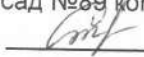


Утверждаю

И.о.заведующей
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 /Е.П.Страдымова/

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная)	200	5,3	7,7	19,8	171	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550, сыр)	40/7	3,2	6,1	21,3	153	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,7	2,2	12,8	83	0,4
Итого			447	11,2	16	53,9	407	1
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель 40%, свекла 27%, морковь 30%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	2	3,2	34	2,5
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/11	1,9	7,1	8,8	108	10,4
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, птица тушка охл.)	70	9,2	12,8	11,5	197	0,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	4,5	21,9	147	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			701	19,9	26,8	74,4	619	13,7
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			11,7	46	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	1,3	1,6	24,5	117	0
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 30%, хлеб пшеничный 0,550, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	70	8,2	2,6	3,7	71	0,5
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	140	14,5	4,2	30,4	218	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3,3	0,3	21,7	102	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,1	25	0
Итого			450	26,1	7,1	61,9	416	0,5
Всего				58,5	51,5	214,7	1559	15,2

Утверждаю

И.о.заведующей
 МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 /Е.П.Страдымова/

МЕНЮ

2 апреля 2025 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,8	6,8	16	146	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550, сыр)	30/6	2,2	5,2	14,6	114	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,9	2,5	10,4	76	0,5
Итого			366	9,9	14,5	41	336	1,1
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель 40%, свекла 27%, морковь 30%, огурцы соленые, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,5	1	3	24	2,1
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	1,6	6,7	7,4	97	8,5
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), птица тушка охл.)	60	7,9	10,2	7	150	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	2,6	16,6	104	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			559	16,3	20,9	57,8	484	11,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			9,9	39	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	1,3	1,6	22,7	110	0
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 30%, хлеб пшеничный 0,550, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное)	50	6,1	2,4	1,7	53	0,4
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	130	9,6	3,1	20,1	147	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,4	0,2	15,9	75	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
Итого			390	18,2	5,7	44,7	303	0,4
Всего				45,7	42,7	166,2	1233	12,7