

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 сентября 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	200	4,7	7,8	23,7	184	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7	3,2	6,1	20,9	151	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,6	2	12,1	78	0,4
Итого			447	10,5	15,9	56,7	413	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная 20%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	1	1	4,7	33	21,9
2012		СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ (вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 23%, соль йодированная, сметана 20% жирности, картофель 24%, крупа пшенная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай неразделанный)	200/11	4,7	6,6	17	146	4,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (птица тушка окл. , хлеб пшеничный мокшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.))	70	8,6	10,7	2,9	142	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	2,5	18,8	110	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			741	20,3	21,2	70,4	556	36,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	6,9	6,5	22,1	176	1
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная 20%, масло сливочное , морковь 23%, лук репчатый 16%, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	2,8	7,3	10,7	121	28
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			420	5,9	7,5	37,3	242	28
Всего				43,6	51,1	186,5	1387	66,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 сентября 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	150	4,8	6,4	19,8	157	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	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	2,7	2,2	10,2	71	0,5
Итого			336	9,8	13,8	45,1	344	1,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная 20%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, соль йодированная)	40	0,4	1	3,4	25	11,1
2012		СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ (вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 23%, соль йодированная, сметана 20% жирности, картофель 24%, крупа пшенная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай неразделанный)	150/9	3,9	4,1	14	109	4,1
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, птица тушка охл., яйца куриные (шт.))	60	7,6	10,7	2,2	136	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2	2,3	13,3	82	6,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			579	16,5	18,5	55,7	457	22,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 23%, лук репчатый 16%, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное)	150	2,3	6,2	8,4	101	23,3
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	13,7	65	0
Итого			360	4,5	6,4	28,1	190	23,3
Всего				36,4	44	148,7	1141	47,4