

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшеничная, 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 мошанский 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	3,6	2,9	12,5	91	0,6
Итого			336	10,7	14,5	47,4	364	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	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 20%, соль йодированная)	150/9	4,1	5,9	9,4	109	4,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 23%, лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	6,9	7,2	2,4	103	0,7
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,2	2	20,6	113	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			559	17,3	17,4	57	457	9,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, виноград сушеный (изюм))	60	3,9	3,9	21,4	136	0,1
Итого			210	8,2	7,6	28,4	215	0,9
Ужин								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	140	6,2	9,5	7,6	141	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20			7,7	31	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский 0,700)	30	2,3	0,2	15	71	0
Итого			370	8,6	9,7	36,3	267	0,1
Всего				44,8	49,2	169,1	1303	11,9

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 октября 2024 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	200	4,9	8	23,9	187	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7	3	6	20	147	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,1	11,2	75	0,4
Итого			447	10,6	16,1	55,1	409	1
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	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла 20%, соль йодированная)	200/11	5,1	7,5	12,8	140	6,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 23%, лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	7,7	7,8	3,1	114	0,8
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, масло сливочное , соль йодированная, вода питьевая)	130	4,3	2,9	27,4	153	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	21,2	20,5	74,7	571	13,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, виноград сушеный (изюм))	70	5,2	4,4	31,2	184	0,2
Итого			270	10,8	9,3	40,5	289	1,2
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочное , масло подсолнечное рафинированное)	160	14,7	14,6	12,2	241	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		10,6	42	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	3	0,2	19,9	94	0
Итого			420	17,9	14,8	51,7	413	0,3
Всего				60,5	60,7	222	1682	16,3