

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

2 июля 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	150	4,5	6,5	15,6	140	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,6	3,1	11,5	89	0,6
Итого			340	11,3	16	42,2	359	1,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2,9	2,3	38	1,1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	150/9	6	6,7	18,6	159	4,4
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная новый урожай 16% , масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, лук репчатый 16%, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, птица тушка охл., масло сливочное , соль йодированная)	150	8,9	11,6	10,8	186	19,1
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			539	17,9	21,6	53,6	484	24,6
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,1	3,5	5,6	75	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)	60	4,9	4,7	30,9	185	0,1
Итого			210	9	8,2	36,5	260	1,1
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	15	14,8	9,1	232	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20			6,3	26	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,1	0,2	13,7	65	0
Итого			340	17,2	15	36,1	351	0,3
Всего				55,4	60,8	168,4	1454	27,1

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

И.А.Д. Короткова/

МЕНЮ

2 июля 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная)	200	6,9	9,1	22,4	200	0,8
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,2	7,8	18,3	160	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	5,7	4,9	16,8	135	1
Итого			453	16,8	21,8	57,5	495	1,8
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27% , масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	200	7,2	7,7	23,2	193	5,2
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная новый урожай 16% , масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, птица тушка охл. , лук репчатый 16%, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная)	200	10,3	11,5	14	204	23,8
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			710	21,4	22,5	66,9	561	30,7
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	200	6,5	5,6	9	119	1,6
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	7,3	35,7	232	0,1
Итого			270	12	12,9	44,7	351	1,7
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	22,2	18,6	14,2	317	0,4
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		8,7	35	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	2,8	0,2	18,2	86	0
Итого			420	25,2	18,8	51,1	478	0,4
Всего				75,4	76	220,2	1885	34,6