

сад №89 комбинирован

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
И.А.Д.Короткова/

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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	150	4,4	5,9	16,2	136	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мошанский)	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	3,1	2,7	10,8	81	0,6
Итого			340	10,7	15	42,1	347	1,2
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель , морковь, огурцы соленные 1,5 кг, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное)	40	0,5	3	2,9	41	2,3
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель , морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла , сахар песок, соль йодированная)	150/9	4,2	9,8	11	151	5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	3,4	16,6	111	0
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл., яйца куриные (шт.), масло сливочное)	55	9,1	9	5,5	138	0,4
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			14,4	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			554	20,1	25,6	67,4	580	7,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ВАФЛИ (вафли)	22	0,6	0,7	17	78	0
Итого			172	4,9	4,4	24	157	0,8
Ужин								
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель , морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,9	3,2	19,3	118	9
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский)	30	2,2	0,2	14,2	67	0
Итого			360	5,2	3,4	42,4	221	9
Всего				40,9	48,4	175,9	1305	18,7

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
/А.Д.Короткова/



МЕНЮ

3 апреля 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	4,8	6,8	20,2	162	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский)	40/7/6	4,3	7,8	19	163	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,3	2,8	10,8	83	0,6
Итого			453	12,4	17,4	50	408	1,1
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель , морковь, огурцы соленные 1,5 кг, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	4,1	4,3	59	3,9
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель , морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла, сахар песок, соль йодированная)	200/11	5,5	11,9	15,1	189	7,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	4,5	21,9	147	0
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода литьевая, соль йодированная, птица тушка охл., яйца куриные (шт.), масло сливочное)	75	10,4	10,2	5,9	155	0,5
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			19,7	79	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			726	24,9	31,1	88,1	731	11,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ВАФЛИ (вафли)	22	0,6	0,7	17	78	0
Итого			222	6,2	5,6	26,3	183	1
Ужин								
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель , морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	200	3,7	3,5	25,5	149	11,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский)	40	2,9	0,2	18,9	89	0
Итого			440	6,7	3,7	54,4	278	11,9
Всего				50,2	57,8	218,8	1600	25,6