

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

4 апреля 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 пшениная, вода питьевая, молоко пастер, 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,2	5,9	18,9	146	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мошанский)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер, 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,8	2,2	10,4	73	0,5
Итого			340	10,2	14,5	44,4	349	1
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленные 1,5 кг, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста квашеная 1,650)	40	1	2	4,2	41	5,5
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский, птица тушка охл.)	150/9/9	7,3	8,4	20,6	187	3,7
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,540, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	7,1	7,2	3,5	108	1,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, 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)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			568	18,7	20,1	55,9	482	17,3
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	5,1	4,1	28,2	169	0,1
Итого			210	9,4	7,8	35,2	248	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	14,3	11,9	9	203	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		9,5	38	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский)	30	2,1	0,2	14,1	66	0
Итого			370	16,6	12,1	38,6	331	0,3
Всего				54,9	54,5	174,1	1410	19,5

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ
4 апреля 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	4,4	7,5	23,1	177	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мошанский)	40/7/6	4,3	7,8	18,8	163	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,8	2,2	9,5	70	0,5
Итого			453	11,5	17,5	51,4	410	1
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленные 1,5 кг, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста квашеная 1,650)	40	1,5	2	4,8	45	8
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, сметана 15% жирности, горох, картофель, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,6	10,3	27,8	243	5,1
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста 0,540, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	8	7,8	4,6	122	2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	3,3	18,8	117	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			705	23,5	23,6	74,4	609	24,2
Полдник								
2012	400	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	6,5	3,7	38	210	0,2
Итого			270	12,1	8,6	47,3	315	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)	150	19,6	14,6	12,8	265	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		9,5	38	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский)	40	2,9	0,2	18,7	89	0
Итого			410	22,7	14,8	48,1	421	0,3
Всего				69,8	64,5	221,2	1755	26,7