

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

4 июня 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	5,2	7,6	19,6	169	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,5	7,8	20,2	169	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,3	2,9	10,3	81	0,6
Итого			453	13	18,3	50,1	419	1,1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	2	7,3	51	1,9
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	21,6	21,6	70,6	569	30,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	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)	70	5,5	7,3	35,7	232	0,1
Итого			270	11,1	12,2	45	337	1,1
Ужин								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180/30	18,8	12	14,5	245	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		13	52	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
Итого			470	22,1	12,2	56,6	428	0,2
Всего				67,8	64,3	222,3	1753	33,3

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

4 июня 2024 г.

Если 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, 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 мошанский 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	3,2	2,8	10,1	78	0,6
Итого			340	10,9	15,7	40,8	348	1,1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	1	4,7	30	1,3
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	18,1	19,7	56	476	24,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
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	9,2	8,4	37,9	264	0,9
Ужин								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	140/30	15,6	10,5	12,1	208	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		9,4	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский 0,700)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
Итого			400	18,1	10,7	41,7	338	0,2
Всего				56,3	54,5	176,4	1426	27