

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

4 июля 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 пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	150	4,6	6,3	19,5	154	0,6
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	3,3	2,9	11	84	0,6
Итого			340	11,1	15,6	45,6	368	1,2
Обед								
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (картофель 40%, горох, лук репчатый 16%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский 0,700, птица тушка охл.)	150/9/9	7,3	7,4	20,6	178	3,7
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,480, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	7,1	7,2	3,5	108	1,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, 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 0,700)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			528	17,7	17,1	51,7	432	11,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печеньв)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 110/30 (макаронные изделия высш. сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , повидло 0,650)	110/30	13,9	15,9	14,4	261	0,2
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	1,8	0,1	11,7	55	0
Итого			350	15,8	16	33,1	344	0,2
Всего				50,2	54	150,2	1294	14

Утверждаю

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

4 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	200	4,8	7,9	23,7	185	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7/6	4,3	7,8	19,4	165	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,4	2,9	11	85	0,6
Итого			453	12,5	18,6	54,1	435	1,2
Обед								
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский 0,700, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 30%, соль йодированная, сметана 20% жирности, горох, картофель 40%, 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 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное , мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, томатная паста 0,480, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	8,1	7,8	4,7	122	2,1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, 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			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			665	22,1	21,6	70,6	568	16,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	6,9	6,5	22,1	176	1
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ 140/40 (макаронные изделия высш.сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , повидло 0,650)	140/40	17,5	17	28,1	339	0,2
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	2,7	0,2	18	85	0
Итого			420	20,3	17,2	54,2	456	0,2
Всего				61,8	63,9	201	1635	18,7