

Утверждаю

И.о. Заведующей
 МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 _____ /Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

7 октября 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								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	110	3,7	4,2	16,6	119	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	150	0,1		7	28	0
Итого			296	6,1	9,4	38,7	263	0
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель 24%, морковь 23%, огурцы соляные , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,4	3	2,9	41	2,2
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 24%, крупа перловая, морковь 23%, лук репчатый 16%, огурцы соляные , масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., соль йодированная)	150/9	4,3	9	10,5	141	3,6
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированое, морковь 23%, лук репчатый 16%, птица тушка охл., масло сливочное , соль йодированная)	150	8,3	9,2	5,4	140	18
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	15,6	21,6	44,5	439	23,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	0,8
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное , соль йодированная)	150	5,3	8,1	1	98	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,1	14	87	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			360	10,3	10,4	30,1	256	0,6
Всего				38,1	46,8	143,2	1151	27,2

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

7 октября 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	4,9	5,3	21,9	155	0
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7	3	6	19,9	146	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		10	40	0
Итого			377	8	11,3	51,8	341	0
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	110	0,6	0,1	12,9	55	2,5
Итого			110	0,6	0,1	12,9	55	2,5
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель 24%, морковь 23%, огурцы соленые , лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	3,1	4,3	50	3,9
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (крупа перловая, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, огурцы соленые , масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл. , сметана 20% жирности, соль йодированная)	200/11	5,4	11,9	14,7	188	4,2
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 23%, птица тушка охл. , лук репчатый 16%, масло сливочное , соль йодированная)	200	9,5	9,8	6,6	155	22,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	19	25,2	56,5	534	30,5
Полдник								
2008	434	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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное)	180	5,5	8,2	1,3	101	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,1	15,2	91	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			420	11,3	10,5	36,6	287	0,6
Всего				45,8	53,6	179,9	1393	34,6