

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

 И.А.Д. Короткова/**МЕНЮ**

8 июля 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное , сыр)	150	4,6	4,8	24	157	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (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		6	24	0
Итого			336	7	10	45,1	297	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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦОМ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые)	40	0,4	2,9	2,4	38	1,2
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, крупа перловая, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые , масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., соль йодированная)	150/9	4,3	6	10,6	115	3,6
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, морковь 30%, томатная паста 0,480, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9,1	11	26,6	244	1,3
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,4	20,3	64,4	510	6,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,7	4,8	21,2	147	0,3
Итого			210	9	8,5	28,2	226	1,1
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная, картофель 40%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, капуста белокочанная новый урожай 16%)	150	2,3	4,5	9,7	90	18
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,7	11,8	85	0,6
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,2	0,2	14,3	68	0
Итого			360	7,7	7,4	35,8	243	18,6
Всего				40,6	46,3	183,6	1319	27,8

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ**8 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное , сыр)	200	6,2	6,2	30,7	203	0
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40/7	2,6	6	17,4	134	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		10	40	0
Итого			447	8,9	12,2	58,1	377	0
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	110	0,5	0,1	9,9	42	2
Итого			110	0,5	0,1	9,9	42	2
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦОМ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые)	60	0,7	1	3,9	28	2
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (крупа перловая, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые , масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, соль йодированная)	200/11	5,4	7	14,9	145	4,2
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное , морковь 30%, лук репчатый 16%, томатная паста 0,480, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	10,6	11,9	31,5	276	2,5
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)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	20	20,3	80,2	586	8,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	70	4,4	5	24,3	160	0,1
Итого			270	10	9,9	33,6	265	1,1
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная, картофель 40%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, капуста белокочанная новый урожай 16%)	200	2,9	6,4	13,1	124	24,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,6	3	13,3	95	0,6
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	40	2,9	0,2	19	90	0
Итого			440	9,4	9,6	45,4	309	24,7
Всего				48,8	52,1	227,2	1579	36,5