

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

8 октября 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное , крупа рисовая)	150	4,4	6,2	20,2	155	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 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)	180	3,6	3,1	11,5	89	0,6
Итого			370	11,2	15,7	46,8	374	1,2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ (капуста белокочанная 20%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, соль йодированная, свекла 20%)	40	0,7	2	4,5	39	11,7
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	150/9	5,8	6,7	17,3	154	3,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, птица тушка охл., яйца куриные (шт.))	60	7,6	10,7	2,2	136	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2	2,3	13,3	82	6,5
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			13,8	55	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			579	18,7	22,1	68,1	548	22,6
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,4	3,8	6	80	1,1
2012	458	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш. сорт, повидло 0,650, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	3,9	2,3	27,6	146	0,1
Итого			210	8,3	6,1	33,6	226	1,2
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 23%, хлеб пшеничный мокшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное)	50	6,1	2,4	1,7	53	0,4
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	2,6	1,9	18,8	103	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2	0,2	13	61	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
Итого			390	10,8	4,5	39,5	241	0,4
Всего				49	48,4	188	1389	25,4

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

8 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное , крупа рисовая)	200	4,9	7,2	23,9	180	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4	7,8	17,4	156	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,2	2,7	12,7	88	0,5
Итого			453	12,1	17,7	54	424	1,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ (капуста белокочанная 20%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, свекла 20%)	60	1	2	5,7	46	18,6
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированое, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	200	7,1	7,7	21,7	186	4,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (птица тушка охл. , хлеб пшеничный мохшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.))	70	8,6	10,7	2,9	142	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 24%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	2,5	18,8	110	9,1
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			15,6	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			730	22,7	23,3	85,9	648	32,7
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	200	6,5	5,6	8,9	118	1,6
2012	458	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш сорт, повидло 0,650, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности)	70	4,6	3,5	34,3	187	0,1
Итого			270	11,1	9,1	43,2	305	1,7
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 23%, хлеб пшеничный мохшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	70	8,2	2,6	3,6	71	0,5
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное)	140	4	2,1	28,5	149	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		5,2	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	2,6	0,2	17,3	82	0
Итого			450	14,9	4,9	54,6	323	0,5
Всего				60,8	55	237,7	1700	36