

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

11 апреля 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	4,1	6	18,7	146	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,3	2,7	14,1	95	0,6
Итого			340	10,6	15,1	47,9	371	1,2
Обед								
2008	92	САЛАТ "БУРЯЧОК" (свекла , масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый , огурцы соленые 1,5 кг)	40	0,4	1,9	2,4	30	1,4
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель , морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная)	150/9	4,7	5,9	9,8	114	12,6
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное , картофель , лук репчатый , яйца куриные (шт.))	150	8,6	9,6	12,1	170	6,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,3	17,8	48,1	423	20,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	13	1	1,2	9,5	53	0
Итого			163	5,3	4,9	16,5	132	0,8
Ужин								
2008	219	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	140	16,7	12,3	16,6	249	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20			7,8	31	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский)	30	2,4	0,2	15,8	74	0
Итого			370	19,2	12,5	45,3	375	0,2
Всего				51,4	50,3	157,8	1301	22,7

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

11 апреля 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	6,4	21,9	165	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский)	40/7/6	4,6	7,9	21,1	173	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,7	3	16,7	109	0,6
Итого			453	13,2	17,3	59,7	447	1,2
Обед								
2008	92	САЛАТ "БУРЯЧОК" (свекла , масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый , огурцы соленые 1,5 кг)	60	0,6	2,9	3,2	42	1,8
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель , морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная)	200/11	5,6	8	11,5	141	14,8
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл. , масло сливочное , картофель , лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	200	10,5	12,8	16,4	222	8,6
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	20	24,1	60,1	538	25,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	13	1	1,2	9,5	53	0
Итого			213	6,6	6,1	18,8	158	1
Ужин								
2012	231	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , сахар песок, соль йодированная)	160	19,8	13,9	17,4	279	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		10	40	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский)	40	3,2	0,3	21	99	0
Итого			420	23,2	14,2	56,5	450	0,2
Всего				63	61,7	195,1	1593	27,6