

Утверждаю

Заведующая  
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

# МЕНЮ

12 апреля 2024 г.  
Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                       | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 416                 | КАША МАННАЯ<br>(крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное )                                                                                                                                             | 150    | 4,3               | 6,6        | 15               | 137                                           | 0,5                   |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ<br>(сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский)                                                                                                                                                        | 30/6/4 | 3,2               | 6,4        | 15,1             | 130                                           | 0                     |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                             | 150    | 3                 | 2,6        | 10,6             | 78                                            | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 340    | 10,5              | 15,6       | 40,7             | 345                                           | 1                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 399                 | СОК<br>(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<br>(картофель , морковь, огурцы соленые 1,5 кг, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                       | 40     | 0,4               | 1          | 2,9              | 23                                            | 2,2                   |
| 2012                          | 83                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ<br>(птица тушка охл. , лук репчатый , картофель , морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная) | 150/9  | 4,6               | 7,1        | 12,5             | 133                                           | 4,4                   |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ<br>(птица тушка охл. , крупа рисовая, лук репчатый , масло сливочное , морковь, соль йодированная, капуста белокочанная, яйца куриные (шт.))                                                                             | 150    | 8,9               | 7,9        | 9                | 143                                           | 12,2                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр. , вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                          | 150    |                   |            | 14,4             | 57                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной крестьянский)                                                                                                                                                                                                | 40     | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 539    | 16,5              | 16,4       | 55,8             | 438                                           | 18,8                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                       | 150    | 4,3               | 3,7        | 7                | 79                                            | 0,8                   |
| 2008                          | 42                  | ПЛЮШКА С САХАРОМ<br>(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     | 5,6               | 4,7        | 27,5             | 175                                           | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 210    | 9,9               | 8,4        | 34,5             | 254                                           | 1                     |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 247                 | РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ<br>(рыба минтай неразделанный, вода питьевая, морковь, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,540)                                                                                  | 60     | 6,5               | 2,3        | 1,9              | 55                                            | 0,9                   |
| 2008                          | 181                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                                                        | 130    | 2,6               | 3,5        | 18,8             | 118                                           | 0                     |
| 2008                          | 364                 | СОУС ТОМАТНЫЙ<br>(вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, соль йодированная, сахар песок)                                                              | 50     | 0,5               | 1          | 3,8              | 26                                            | 1                     |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный , вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                               | 180    | 0,1               |            | 8,9              | 36                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный мохшанский)                                                                                                                                                                                            | 30     | 2,2               | 0,2        | 14,6             | 69                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 450    | 11,9              | 7          | 48               | 304                                           | 1,9                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |        | 49,3              | 47,5       | 189,1            | 1384                                          | 24,7                  |

Утверждаю

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

# МЕНЮ

12 апреля 2024 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                      | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                         |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 416                 | КАША МАННАЯ<br>(крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное )                                                                                                                                            | 200    | 5,9               | 8,5        | 20,2             | 180                                                | 0,7                   |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ<br>(сыр, масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский)                                                                                                                                                        | 40/7/6 | 4,4               | 7,8        | 19,6             | 166                                                |                       |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                            | 200    | 4,2               | 3,6        | 14,4             | 107                                                | 0,7                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                         | 453    | 14,5              | 19,9       | 54,2             | 453                                                | 1,4                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 399                 | СОК<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                                   | 100    | 0,5               | 0,1        | 10,9             | 47                                                 | 2,2                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                         | 100    | 0,5               | 0,1        | 10,9             | 47                                                 | 2,2                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 30                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ<br>(картофель , морковь, огурцы соленные 1,5 кг, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                     | 60     | 0,8               | 1,1        | 4,4              | 32                                                 | 4                     |
| 2012                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ<br>(птица тушка охл., лук репчатый , картофель , морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, макаронные изделия высш сорт, соль йодированная) | 200/11 | 5,9               | 8          | 17,5             | 166                                                | 5                     |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ<br>(птица тушка охл., крупа рисовая, лук репчатый , масло сливочное , морковь, соль йодированная, капуста белокочанная, яйца куриные (шт.))                                                                             | 200    | 10,5              | 8,6        | 13,3             | 173                                                | 19,5                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                          | 200    |                   |            | 18,7             | 75                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной крестьянский)                                                                                                                                                                                               | 50     | 3,3               | 0,4        | 21,2             | 102                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                         | 721    | 20,5              | 18,1       | 75,1             | 548                                                | 28,5                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2.5% жирности)                                                                                                                                                                                      | 200    | 5,3               | 4,7        | 8,9              | 100                                                | 1                     |
| 2008                          | 42                  | ПЛЮШКА С САХАРОМ<br>(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     | 6,1               | 6,2        | 34,5             | 218                                                | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                         | 270    | 11,4              | 10,9       | 43,4             | 318                                                | 1,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 247                 | РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ<br>(рыба минтай неразделанный, вода питьевая, морковь, томатная паста 0,540, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное)                                                                                 | 80     | 8,3               | 2,4        | 2,5              | 65                                                 | 1,1                   |
| 2008                          | 323                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                                                       | 140    | 4                 | 3,7        | 28,5             | 163                                                | 0                     |
| 2012                          | 348                 | СОУС ТОМАТНЫЙ<br>(вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, сахар песок, соль йодированная)                                                             | 50     | 0,4               | 1,9        | 3,7              | 34                                                 | 1                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(вода питьевая, сахар песок, чай черный )                                                                                                                                                                              | 200    | 0,1               |            | 9                | 36                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный мохшанский)                                                                                                                                                                                           | 40     | 3                 | 0,2        | 19,5             | 92                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                         | 510    | 15,8              | 8,2        | 63,2             | 390                                                | 2,1                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                         |        | 62,7              | 57,2       | 246,8            | 1756                                               | 35,3                  |