

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 сентября 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	189	КАША "НЕЖНОСТЬ " НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2.5% жирности)	150	4,5	7	16,2	146	0,5
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	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,7	2,2	10,2	71	0,5
Итого			340	10,4	15,6	41,5	347	1
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 (свекла 20%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	1,9	2,3	29	1,1
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (картофель 24%, горох, лук репчатый 16%, морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский 0,700, птица тушка охл.)	150/9/9	7,1	4,7	20,4	152	3,8
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ (картофель 24%, морковь 23%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , птица тушка охл. соль йодированная, вода питьевая, капуста белокочанная новый урожай 16%)	150	9,1	9,3	10,5	164	21,7
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)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			528	17,9	16,1	50,4	421	26,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло 0,650, хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	15/20	2,3	0,2	21,7	98	0,1
Итого			185	6,6	3,9	28,7	177	0,9
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, дрожжи 0,010, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное , вода питьевая)	150	3,8	8,2	20,4	170	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
Итого			330	3,9	8,2	26,4	194	0
Всего				39,3	43,9	157,1	1182	30,5

Утверждаю

И.о. Заведующей

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ**13 сентября 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	413	КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	3,5	5,8	18,9	141	0,2
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	3,8	7,8	16,1	150	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	1,4	1	7	43	0,2
Итого			453	8,7	14,6	42	334	0,4
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,6	0,1	11,8	50	2,3
2008		ЯБЛОКО (яблоки свежие)	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			200	1	0,5	20,4	91	11,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 20%, масло подсолнечное рафинированое)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский 0,700, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 23%, соль йодированная, горох, картофель 24%, масло подсолнечное рафинированое, птица тушка охл.)	200/11/9	9,2	6,2	26	197	4,4
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ (вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная, картофель 24%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированое, морковь 23%, птица тушка охл., капуста белокочанная новый урожай 16%)	200	10,1	11,6	12,8	198	24,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			705	21,6	20,9	61,7	524	30,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	5	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло 0,650, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	20/20	1,5	0,1	18,2	80	0,1
Итого			240	7,1	5	27,5	185	1,1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, дрожжи 0,010, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, масло сливочное , молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5	8,9	25,6	202	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
Итого			400	5,1	8,9	34,6	238	0,1
Всего				43,5	49,9	186,2	1372	43,2