

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

15 мая 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	417	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшениная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок)	150	4,5	6,1	19	150	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сыр)	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)	150	3,3	2,9	11	84	0,6
Итого			340	11	15,4	45,1	364	1,2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, соль йодированная)	40	0,4	2	3,4	34	11,1
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 27%, морковь 30%, лук репчатый 16%, томатная паста 0,480, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., картофель 40%, соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	150/9	4,9	7	13,9	141	11,6
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), птица тушка охл.)	60	7,9	8,2	7	133	0,6
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	130	9,6	2,3	20,1	140	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			579	25,4	19,9	67,2	553	23,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	469	ПИРОЖОК С МАРМЕЛАДОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, мармелад, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,9	6,5	37,7	229	0
Итого			210	9,2	10,2	44,7	308	0,8
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное, соль йодированная)	150	5,5	8,2	1	100	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,3	0,2	15,4	73	0
Итого			360	7,9	8,4	23,4	201	0,1
Всего				53,5	53,9	180,4	1426	25,4

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 мая 2024 г.

Сад 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 ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5,5	6,5	23,8	177	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,5	7,9	20,5	170	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,3	2,8	11,8	87	0,6
Итого			453	13,3	17,2	56,1	434	1,2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная 16%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	1	5	4,7	69	21,9
2012	57	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла 27%, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, томатная паста 0,480, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная 20%)	200/11	6,3	7,9	17	166	15,4
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт), соль йодированная, птица тушка охл.)	70	9,2	9,9	11,5	171	0,8
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	140	14,6	4,2	30,4	218	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			731	34,4	27,4	91,6	753	38,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	453	ПИРОЖОК С МАРМЕЛАДОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи 0,010, молоко пастер. 2,5% жирности, мармелад , масло подсолнечное рафинированное)	70	6,5	7	45,2	271	0,1
Итого			270	12,1	11,9	54,5	376	1,1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное)	160	8	10,4	1,3	131	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,2	0,3	21	99	0
Итого			400	11,3	10,7	31,3	266	0,1
Всего				71,1	67,2	233,5	1829	40,5