

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

**МЕНЮ****16 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                          | 413                 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ<br>(геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)                                                                                                                   | 150    | 4,5               | 6,5        | 15,6             | 140                                           | 0,5                   |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ<br>(сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мокшанский)                                                                                                                                                                 | 30/6/4 | 3,2               | 6,4        | 15,1             | 130                                           | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                      | 150    | 3                 | 2,4        | 11,6             | 81                                            | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                 | 340    | 10,7              | 15,3       | 42,3             | 351                                           | 1                     |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"<br>(свекла, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                                                        | 40     | 0,6               | 2          | 4,7              | 39                                            | 1,3                   |
| 2012                          | 85                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ<br>(мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.) | 150/9  | 6                 | 6,7        | 18,6             | 159                                           | 4,4                   |
| 2012                          | 132                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ<br>(капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,540, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, птица тушка охл., масло сливочное, соль йодированная)            | 150    | 8,9               | 11         | 10,8             | 180                                           | 19,1                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                 | 150    |                   |            | 6,8              | 27                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной крестьянский)                                                                                                                                                                                                       | 40     | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                 | 539    | 18,1              | 20,1       | 57,9             | 487                                           | 24,8                  |
| 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     | 5,1               | 4,3        | 26,8             | 166                                           | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                 | 210    | 9,4               | 8          | 33,8             | 245                                           | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 255                 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ<br>(рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный мокшанский, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, яйца куриные (шт.), лук репчатый)                                                                            | 60     | 7,8               | 3          | 3,3              | 71                                            | 0,5                   |
| 2008                          | 181                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)                                                                                                                                                | 130    | 2,6               | 1,9        | 18,8             | 103                                           | 0                     |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                       | 180    | 0,1               |            | 6                | 24                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный мокшанский)                                                                                                                                                                                                   | 30     | 1,7               | 0,1        | 11,5             | 54                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                 | 400    | 12,2              | 5          | 39,6             | 252                                           | 0,5                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                 |        | 50,4              | 48,4       | 173,6            | 1335                                          | 27,2                  |

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

## МЕНЮ

16 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                          | 413                 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ<br>(геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная)                                                                                                                    | 200    | 5,2               | 7,6        | 19,6             | 168                                                | 0,5                   |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ<br>(сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мошанский)                                                                                                                                                                  | 40/7/6 | 3,7               | 7,8        | 15,5             | 147                                                | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                        | 200    | 2,8               | 2,3        | 12,5             | 82                                                 | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   | 453    | 11,7              | 17,7       | 47,6             | 397                                                | 1                     |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"<br>(свекла , виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                                                         | 60     | 0,8               | 2          | 7,3              | 51                                                 | 1,9                   |
| 2012                          | 85                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ<br>(мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель , морковь, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, птица тушка охл.) | 200    | 7,2               | 8,7        | 23,2             | 202                                                | 5,2                   |
| 2012                          | 132                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ<br>(капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,540, морковь, птица тушка охл., лук репчатый , мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная)            | 200    | 10,3              | 10,9       | 14,3             | 199                                                | 24                    |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                   | 200    |                   |            | 6,8              | 27                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной крестьянский)                                                                                                                                                                                                         | 50     | 3,3               | 0,4        | 21,2             | 102                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   | 710    | 21,6              | 22         | 72,8             | 581                                                | 31,1                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                                | 200    | 5,7               | 4,9        | 9,4              | 106                                                | 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               | 7          | 34,5             | 224                                                | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   | 270    | 11,8              | 11,9       | 43,9             | 330                                                | 1,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 255                 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ<br>(рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный мошанский, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , яйца куриные (шт.), лук репчатый )                                                                             | 70     | 9,3               | 2,5        | 4,3              | 77                                                 | 0,6                   |
| 2008                          | 323                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                                                                 | 140    | 4                 | 2,9        | 28,5             | 156                                                | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(вода питьевая, сахар песок, чай черный )                                                                                                                                                                                        | 200    | 0,1               |            | 7,1              | 29                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный мошанский)                                                                                                                                                                                                      | 40     | 2,3               | 0,2        | 15,4             | 73                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   | 450    | 15,7              | 5,6        | 55,3             | 335                                                | 0,6                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                   |        | 60,8              | 57,2       | 219,6            | 1643                                               | 33,8                  |