

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

И.А.Д.Короткова/

МЕНЮ

20 марта 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	150	4,4	5,9	16,2	136	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский)	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	2,6	8,9	72	0,6
Итого			340	10,6	14,9	40,2	338	1,2
Обед								
2008	30	САЛАТ "ЗИМНИЙ" (картофель , морковь, огурцы соленные 1,5 кг, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное)	40	0,5	3	2,9	41	2,3
2012	67	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель , морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла , сахар песок, соль йодированная)	150/9	4,2	9,8	11	151	5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	3,4	16,6	111	0
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл., яйца куриные (шт.), масло сливочное)	55	9,1	9	5,5	138	0,4
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			554	20,1	25,6	59,8	550	7,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПРЯНИКИ (пряники)	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			185	6,4	5,3	33,3	207	0,8
Ужин								
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель , морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2,6	4,4	16,8	117	7,9
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский)	30	2,1	0,2	13,8	65	0
Итого			340	4,8	4,6	38,6	214	7,9
Всего				41,9	50,4	171,9	1309	17,6

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 марта 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5	7	20,5	166	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский)	40/7/6	4,2	7,8	18,5	161	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,9	2,4	12,3	83	0,5
Итого			453	12,1	17,2	51,3	410	1,1
Обед								
2008	30	САЛАТ "ЗИМНИЙ" (картофель , морковь, огурцы соленные 1,5 кг, лук репчатый , масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	4,1	4,3	59	3,9
2012	57	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель , морковь, лук репчатый , томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 15% жирности, свекла , сахар песок, соль йодированная)	200/11	5,5	11,9	15,1	189	7,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	4,5	21,9	147	0
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, птица тушка охл., яйца куриные (шт.), масло сливочное)	75	10,4	10,2	5,9	155	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			726	24,9	31,1	78,1	691	11,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ (пряники)	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			235	7,7	6,5	35,6	233	1
Ужин								
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель , морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,9	5,1	19,4	136	9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский)	40	2,8	0,2	18,4	87	0
Итого			390	5,8	5,3	47,8	263	9
Всего				50,5	60,1	212,8	1597	22,7