

Утверждаю

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

Заведующая

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

20 июня 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	200	4,2	7,3	22,8	173	0,4
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,5	7,9	20,6	171	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,5	2	8,5	63	0,4
Итого			453	11,2	17,2	51,9	407	0,8
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная новый урожай 16%, лук репчатый 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	1	1	4,7	33	21,9
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский 0,700, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 30%, соль йодированная, сметана 20% жирности, горох, картофель 40%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,5	8,3	26,6	220	4,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (птица тушка охл., хлеб пшеничный мохшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.))	70	8,7	10,7	3,1	144	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	3,3	18,8	117	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			725	23,6	23,5	69,6	588	36
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	70	4,4	4	28,9	170	0,1
Итого			270	10	8,9	38,2	275	1,1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное)	150	18,2	14	12,5	252	0,3
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	20			11,2	45	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			410	21,4	14,2	50,9	421	0,3
Всего				66,2	63,8	210,6	1691	38,2

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 июня 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,2	5,9	18,9	146	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 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	2,8	2,3	9,9	72	0,5
Итого			340	10,2	14,6	43,9	348	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная новый урожай 16%, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, соль йодированная)	40	0,4	2	3,4	34	11,1
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (картофель 40%, горох, лук репчатый 16%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский 0,700, птица тушка охл.)	150/9/9	7,3	6,4	20,9	171	3,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый 16%, птица тушка охл., яйца куриные (шт.))	60	7,6	8,9	2,2	120	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2	2,3	13,3	82	6,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			568	18,6	19,8	53,2	467	22
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	3,8	4,5	24,1	153	0,1
Итого			210	8,1	8,2	31,1	232	0,9
Ужин								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	140	11,8	9,4	8,3	168	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (желе (концентрат) на плодовых экстр.)	20			11,2	45	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,4	0,2	15,8	74	0
Итого			370	14,3	9,6	40,4	308	0,1
Всего				51,2	52,2	168,6	1355	24