

Утверждаю

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

Заведующая

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

21 марта 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 пшенная, 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)	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	2,2	10,4	73	0,5
Итого			340	10,2	14,5	44,4	349	1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	2,9	2,3	38	1,1
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский, птица тушка охл.)	150/9/9	7,3	8,4	20,6	187	3,7
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,540, соль йодированная, птица тушка охл.)	60	7,1	7,2	3,5	108	1,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, 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			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			568	18,1	21	54	479	12,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский)	15	1,1	0,1	7,5	36	0
Итого			165	5,4	3,8	14,5	115	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	140	11,5	9,8	15,9	200	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20			7,9	32	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8	32	0
Итого			340	11,6	9,8	31,8	264	0,1
Всего				45,3	49,1	144,7	1207	14,8

Утверждаю

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

Заведующая

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

21 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	200	4,7	7,8	23,6	182	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мошанский)	40/7/6	5,2	7,9	25	192	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,1	2,5	10	75	0,5
Итого			453	13	18,2	58,6	449	1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, сметана 15% жирности, горох, картофель, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,6	10,3	27,8	243	5,1
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,540, соль йодированная, птица тушка охл.)	70	8	7,8	4,6	121	2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, 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			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			725	22,6	24,5	75,1	614	17,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский)	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			220	7,1	5	19,3	152	1
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (мука пшеничная высш. сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	160	14,6	11,3	16,6	230	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		11	44	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			380	14,8	11,3	35,7	306	0,1
Всего				57,5	59	188,7	1521	20