

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

21 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								
2012	413	КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	5,7	8,6	22,6	191	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,3	7,8	18,8	163	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,5	2,9	12,2	90	0,6
Итого			453	13,5	19,3	53,6	444	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,3	39	1,8
Итого			100	0,5	0,1	9,3	39	1,8
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированое)	60	0,8	2	7,3	51	1,9
2012	72	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (томатная паста 0,480, капуста квашеная 1 650, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, картофель 40%, птица тушка охл.)	200	5,3	7	13,1	138	7,7
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ (вода питьевая, масло сливочное , томатная паста 0,480, соль йодированная, картофель 40%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированое, морковь 30%, птица тушка охл., капуста белокочанная новый урожай 16%)	200	10,2	13,4	13,7	218	25
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			710	19,6	22,8	61,1	532	34,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	5	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло 0,650, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	20/20	3,3	0,3	31,7	142	0,1
Итого			240	8,9	5,2	41	247	1,1
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыбе минтай неразделанный, морковь 30%, хлеб пшеничный мохшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	70	9,1	2,6	4	76	0,5
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	140	14,6	2,6	30,4	203	0
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	2,9	0,2	18,7	89	0
Итого			450	26,7	5,4	62,1	404	0,5
Всего				69,2	52,8	227,1	1666	39,2

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 июня 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	189	КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ (геркулес, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, крупа манная, молоко пастер 2.5% жирности)	150	4,8	7,3	16,6	151	0,6
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	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	11,3	16,6	42,7	365	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	1	4,7	30	1,3
2012	72	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (томатная паста 0,480, капуста квашеная 1,650, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, картофель 40%, птица тушка охл.)	150/9	4,3	7	11,1	127	6,5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ (картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, томатная паста 0,480, птица тушка охл., соль йодированная, вода питьевая, капуста белокочанная новый урожай 16%)	150	9,2	10,9	11,4	183	22,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,7	19,3	52	453	30,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2.5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло 0,650, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	15/20	2,4	0,2	28,3	124	0,1
Итого			185	6,7	3,9	35,3	203	0,9
Ужин								
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай неразделанный, морковь 30%, хлеб пшеничный мохшанский 0,700, лук репчатый 16%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сливочное)	50	6,6	2,2	1,9	54	0,4
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	130	9,6	2,3	20,1	140	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	0,7	0,1	4,7	22	0
Итого			390	17	4,6	32,7	240	0,4
Всего				52,2	44,5	172,8	1304	34,7