

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ**25 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	4,5	7	17,2	150	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мокшанский 0,700, сыр)	30/6/4	3,1	6,4	14,6	128	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,2	2,8	11	82	0,6
Итого			340	10,8	16,2	42,8	360	1,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	1,9	2,3	29	1,1
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, крупа перловая, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые , масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл. , соль йодированная)	150/9	4,3	9	10,6	141	3,6
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, лук репчатый 16%, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл. , капуста белокочанная новый урожай 16%)	150	8,7	10,8	10,1	175	18,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16	22,1	45,8	450	23,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			168	5,6	5,3	19,8	150	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	8,4	9,8	15,4	185	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		12,8	52	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2,2	0,2	14,8	70	0
Итого			370	10,8	10	48,1	328	0,1
Всего				43,2	53,6	156,5	1288	25,4

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

25 июня 2024 г.

Сад 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								
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	22,5	190	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сыр)	40/7/6	4,4	7,7	19,8	167	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,5	3	13,6	96	0,6
Итого			453	13,6	19,3	55,9	453	1,2
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (крупа перловая, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленные , масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, соль йодированная)	200/11	5,4	10	14,9	172	4,2
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0.480, морковь 30%, лук репчатый 16%, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное , соль йодированная, птица тушка охл. , капуста белокочанная новый урожай 16%)	200	10,2	10,7	12,4	189	23,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			721	19,5	24	58,9	533	29,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	18	1,3	1,6	12,8	71	0
Итого			218	6,9	6,5	22,1	176	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	18	13,9	17,2	270	0,2
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		12,8	52	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	0,2	19,7	93	0
Итого			420	21,2	14,1	56,8	444	0,2
Всего				61,2	63,9	193,7	1606	31,7