

МДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
И.Д.Короткова/

ский сад №89 комбинир
1 Винокуров

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	417	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сахар песок)	150	4,5	6,1	19	150	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный мокшанский, сыр)	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	3,3	2,7	14,1	95	0,6
			340	11	15,2	48,2	375	1,2
Итого								
Обед								
2008	92	САЛАТ "БУРЯЧОК" (свекла, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, огурцы соленые 1,5 кг)	40	0,5	1,9	2,4	30	1,4
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла, морковь, лук репчатый, томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., картофель, соль йодированная, капуста белокочанная)	150/9	4,9	7	13,9	141	11,6
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), птица тушка охл.)	60	7,9	8,2	7	133	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	3,4	16,6	111	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	40	2,6	0,4	17	82	0
			559	19,6	20,9	62,7	520	13,6
Итого								
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,9	4,2	26,5	163	0,1
			210	9,2	7,9	33,5	242	0,9
Итого								
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное, соль йодированная)	150	5,5	6,6	1,1	86	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский)	30	2,2	0,2	14,5	69	0
			360	7,8	6,8	22,6	183	0,1
				47,6	50,8	167	1320	15,8
Итого								
Всего								

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

Сад 12 часов

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	189	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшенная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5,4	6,5	23,7	176	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мошанский)	40/7/6	4,3	7,8	19,3	165	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,9	2,4	9,8	73	0,5
			453	12,6	16,7	52,8	414	1,1
Итого								
Обед								
2008	92	САЛАТ "БУРЯЧОК" (свекла, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, огурцы соленные 1,5 кг)	60	0,6	2,9	3,2	42	1,8
2012	57	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста 0,540, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная)	200/11	6,3	7,9	17	166	15,4
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, птица тушка охл.)	70	9,2	9,9	11,5	171	0,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	4,5	21,9	147	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
			721	24,3	25,6	81,6	655	18
Итого								
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	42	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	70	6,1	7	34,5	224	0,1
			270	11,7	11,9	43,8	329	1,1
Итого								
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное)	160	8	10,4	1,3	131	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский)	40	3	0,2	19,8	93	0
			400	11,1	10,6	30,1	260	0,1
				59,7	64,8	208,3	1658	20,3
Итого								
Всего								