

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 мая 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	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 мохшанский 0,700, сыр)	30/6/4	3,1	6,4	14,6	128	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	150	3,2	2,7	12,5	88	0,6
Итого			340	10,8	16,1	44,3	366	1,1
Обед								
2012	223	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ КУСОЧКАМИ (свекла 27%)	40	0,6		3,4	16	1,6
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель 40%, крупа перловая, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые 1,5 кг, 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 20%)	150	8,7	9,2	10,1	161	18,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,2	18,6	47,9	427	23,9
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,4	3,8	6	80	1,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	13	1	1,2	9,2	51	0
Итого			163	5,4	5	15,2	131	1,1
Ужин								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь 30%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	140	13	11,2	15,1	216	0,8
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	180	8,9		24,6	134	1,8
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			370	24,3	11,4	63,8	457	2,6
Всего				56,7	51,1	171,2	1381	28,7

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

28 мая 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	5,6	8,5	22,4	188	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное , хлеб пшеничный мошанский 0,700, сыр)	40/7/6	4,5	7,7	20,2	168	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,4	2,9	15,8	104	0,6
Итого			453	13,5	19,1	58,4	460	1,2
Обед								
	223	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ КУСОЧКАМИ 1/60 (свекла 27%)	60	0,9	0,1	5,1	24	2,4
2012	76	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (крупа перловая, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, огурцы соленые 1,5 кг, 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 20%)	200	10,2	11,7	12,5	198	23,5
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	19,8	22,2	60,5	523	30,1
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	200	6,3	5,5	8,7	116	1,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	13	1	1,2	9,2	51	0
Итого			213	7,3	6,7	17,9	167	1,5
Ужин								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь 30%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	160	14,4	15,7	19	277	0,9
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		9	36	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный , вода питьевая, сахар песок)	200	10,7		29,2	159	2,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский 0,700)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			420	28,3	15,9	77,3	567	3,1
Всего				68,9	63,9	214,1	1717	35,9