

Утверждаю

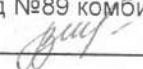
И.о. Заведующей
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
/Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

13 августа 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная)	150	4,5	6,5	15,6	140	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мокшанский 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)	180	3,5	3	11,5	88	0,6
Итого			370	11,2	15,9	42,2	358	1,1
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	1	2,3	20	1,1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	150/9	5,8	6,7	17,3	154	3,9
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная новый урожай 16%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, сахар песок, птица тушка охл., масло сливочное, соль йодированная)	150	8,3	9,2	7,4	148	18,1
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	17,1	17,3	48,9	423	23,1
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,4	3,8	6	80	1,1
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	3,8	3,7	24,1	145	0,1
Итого			210	8,2	7,5	30,1	225	1,2
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	7,8	9,5	15,2	179	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мокшанский 0,700)	30	2,1	0,2	14	66	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
Итого			370	10	9,7	41,7	295	0,1
Всего				47	50,5	173	1344	27,5

Утверждаю

И.о. Заведующей
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида» /Ю.В.Винокурова/**МЕНЮ**
13 августа 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	5,3	7,7	19,8	170	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мошанский 0,700)	40/7/6	4,2	7,8	18,7	162	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,6	3,1	13,7	98	0,6
Итого			453	13,1	18,6	52,2	430	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	110	0,6	0,1	12,8	55	2,5
Итого			110	0,6	0,1	12,8	55	2,5
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	1,9	3,6	35	1,7
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 24%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	200	7,1	7,6	21,7	184	4,4
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная новый урожай 16%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, птица тушка охл., лук репчатый 16%, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	9,5	9,8	9,5	167	22,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			710	20,5	19,7	60,9	507	28,5
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	200	4,7	4,1	6,5	87	1,1
2008	460	ШТОЛИ С ИЗЮМОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	70	4,4	4,8	28,9	177	0,1
Итого			270	9,1	8,9	35,4	264	1,2
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	10,7	12,1	16	217	0,1
2012	358	СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650)	20	0,1		8,9	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		5,2	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мошанский 0,700)	40	2,8	0,2	18,6	88	0
Итого			420	13,7	12,3	48,7	362	0,1
Всего				57	59,6	210	1618	33,4