

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ
25 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 94 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, крупа рисовая) | 150 | 4,7 | 6,5 | 19,6 | 157 | 0,7 |
| 2012 | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский) | 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 |
| Итого | | | 340 | 11,2 | 15,6 | 48,8 | 382 | 1,3 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 92 | САЛАТ "БУРЯЧОК" (свекла, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, огурцы соляные 1,5 кг) | 40 | 0,4 | 2,9 | 2,4 | 39 | 1,4 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста 0,480, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, птица тушка охл., соль йодированная, капуста белокочанная) | 150/9 | 4,7 | 6,9 | 9,8 | 122 | 12,6 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное, картофель, лук репчатый, яйца куриные (шт.)) | 150 | 8,6 | 9,6 | 12,1 | 170 | 6,5 |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский) | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 539 | 16,3 | 19,8 | 48,1 | 440 | 20,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 13 | 1 | 1,2 | 9,5 | 53 | 0 |
| Итого | | | 163 | 5,3 | 4,9 | 16,5 | 132 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 219 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное) | 140 | 13 | 12 | 16 | 228 | 0,1 |
| 2012 | 358 | СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650) | 20 | 0,1 | | 9,4 | 38 | 0 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,1 | | 5,1 | 21 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский) | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | 0 |
| Итого | | | 370 | 15,5 | 12,2 | 45,6 | 358 | 0,1 |
| Всего | | | | 48,3 | 52,5 | 159 | 1312 | 22,7 |

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ

25 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 94 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, крупа рисовая) | 200 | 4,8 | 6,3 | 21,8 | 164 | 0,6 |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский) | 40/7/6 | 4,5 | 7,8 | 20,2 | 169 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 200 | 3,6 | 2,9 | 16,6 | 108 | 0,6 |
| Итого | | | 453 | 12,9 | 17 | 58,6 | 441 | 1,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 92 | САЛАТ "БУРЯЧОК" (свекла, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, огурцы соленые 1,5 кг) | 60 | 0,6 | 2,9 | 3,2 | 42 | 1,8 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста 0,480, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица тушка охл., сметана 20% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная) | 200/11 | 5,6 | 8 | 11,5 | 141 | 14,8 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (птица тушка охл., масло сливочное, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.)) | 200 | 10,5 | 14,7 | 16,4 | 240 | 8,6 |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 200 | | | 7,8 | 31 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский) | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | 0 |
| Итого | | | 721 | 20 | 26 | 60,1 | 556 | 25,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 13 | 1 | 1,2 | 9,5 | 53 | 0 |
| Итого | | | 213 | 6,6 | 6,1 | 18,8 | 158 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 231 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (мука пшеничная высш. сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная) | 160 | 15,4 | 13,4 | 16,7 | 253 | 0,2 |
| 2012 | 358 | СЛАДКАЯ ПОДЛИВА (повидло 0,650) | 20 | 0,1 | | 12 | 48 | 0 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок) | 200 | 0,1 | | 8,1 | 32 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский) | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 95 | 0 |
| Итого | | | 420 | 18,7 | 13,6 | 56,9 | 428 | 0,2 |
| Всего | | | | 58,2 | 62,7 | 194,4 | 1583 | 27,6 |