

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 апреля 2024 г.

Ясли 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное) | 150 | 4,4 | 5,9 | 16,2 | 136 | 0,6 |
| 2012 | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700) | 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 | 2,8 | 2,2 | 10,4 | 73 | 0,5 |
| Итого | | | 340 | 10,4 | 14,5 | 41,7 | 339 | 1,1 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 81 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (картофель 40%, горох, лук репчатый 16%, морковь 30%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, хлеб ржаной крестьянский 0,700, птица тушка охл.) | 150/9/9 | 7,3 | 8,4 | 20,6 | 187 | 3,7 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,480, соль йодированная, птица тушка охл.) | 60 | 7,1 | 7,2 | 3,5 | 108 | 1,6 |
| 2012 | 204 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (соль йодированная, макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, масло сливочное) | 110 | 3,2 | 2,8 | 20,6 | 120 | 0 |
| 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) | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 41 | 0 |
| Итого | | | 508 | 18,9 | 18,6 | 59 | 479 | 5,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| 212 | 62 | ГРЕНКИ (яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | 30 | 2,7 | 0,6 | 16,3 | 81 | 0,1 |
| Итого | | | 180 | 7 | 4,3 | 23,3 | 160 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 336 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная 20%, масло подсолнечное рафинированное, морковь 30%, лук репчатый 16%, томатная паста 0,480, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное) | 150 | 2,6 | 5,2 | 10,2 | 101 | 23,3 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,1 | | 8 | 32 | 0 |
| Итого | | | 330 | 2,7 | 5,2 | 18,2 | 133 | 23,3 |
| Всего | | | | 39 | 42,6 | 142,2 | 1111 | 30,6 |

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное) | 200 | 5,1 | 7 | 20,6 | 167 | 0,6 |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700) | 40/7/6 | 5,9 | 8 | 29,4 | 212 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 200 | 3,6 | 2,9 | 10,8 | 85 | 0,6 |
| Итого | | | 453 | 14,6 | 17,9 | 60,8 | 464 | 1,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 109 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной крестьянский 0,700, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 30%, соль йодированная, сметана 20% жирности, горох, картофель 40%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.) | 200/11/9 | 9,6 | 10,3 | 27,8 | 243 | 5,1 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (морковь 30%, лук репчатый 16%, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста 0,480, соль йодированная, птица тушка охл.) | 70 | 8 | 7,8 | 4,6 | 121 | 2 |
| 2012 | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая) | 130 | 4,3 | 2,9 | 27,4 | 153 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 200 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700) | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51 | 0 |
| Итого | | | 645 | 23,6 | 21,2 | 80,1 | 607 | 7,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 5,3 | 4,7 | 8,9 | 100 | 1 |
| | 62 | ГРЕНКИ (яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный мохшанский 0,700, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | 40 | 4,2 | 1,3 | 22,4 | 118 | 0,1 |
| Итого | | | 240 | 9,5 | 6 | 31,3 | 218 | 1,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная 20%, масло сливочное, морковь 30%, лук репчатый 16%, томатная паста 0,480, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное) | 180 | 3,1 | 5,5 | 12,4 | 114 | 28 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок) | 200 | 0,1 | | 8,1 | 32 | 0 |
| Итого | | | 380 | 3,2 | 5,5 | 20,5 | 146 | 28 |
| Всего | | | | 50,9 | 50,6 | 192,7 | 1435 | 37,4 |