

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

А.Д.Короткова/

МЕНЮ

7 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								
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 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	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			340	10,7	15,3	42,3	351	1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	2	4,7	39	1,3
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	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,480, морковь 30%, лук репчатый 16%, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, птица тушка охл., масло сливочное, соль йодированная)	150	8,9	11	10,8	180	19,1
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на фруктовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			13,4	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			548	19,4	21,8	66,5	541	24,1
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	5,1	4,3	26,8	166	0,1
Итого			210	9,4	8	33,8	245	0,9
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный мохшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, яйца куриные (шт.), лук репчатый 16%)	60	7,8	3	4,1	74	0,5
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное)	130	2,6	1,9	18,8	103	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,4	0,2	16,1	76	0
Итого			400	12,9	5,1	45	277	0,5
Всего				52,4	50,2	187,6	1414	26,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ (геркулес, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	5,3	7,6	19,7	170	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,7	7,9	21,5	175	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,9	2,3	12,6	84	0,5
Итого			453	12,9	17,8	53,8	429	1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла 27%, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	60	0,8	2	7,3	51	1,9
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	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная 20%, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста 0,490, морковь 30%, птица тушка охл., лук репчатый 16%, мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	10,3	10,9	14,1	198	23,8
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			17,8	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной крестьянский 0,700)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			730	24	23,6	88,2	665	30,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,7	4,9	9,4	106	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	225	0,1
Итого			270	11,8	11,9	43,9	331	1,1
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный мохшанский 0,700, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, яйца куриные (шт.), лук репчатый 16%)	70	9,4	2,6	5,2	82	0,6
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, масло сливочное)	140	4	2,9	28,5	156	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	3,3	0,3	21,4	101	0
Итого			450	16,8	5,8	62,2	368	0,6
Всего				65,5	59,1	248,1	1793	33,5