

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 мая 2024 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ 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	4,6	6,1	16,4	140	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	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,3	2,9	13,9	95	0,6
Итого			340	11,1	15,4	45,4	365	1,2
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 15%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	150/9	6	11,6	18,6	203	4,4
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
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	3,4	16,6	111	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)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			519	19,4	22,6	61,5	527	6
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,4	1,9	2,3	29	1,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	130	2,3	3,2	15,9	102	7,8
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	30	2,1	0,2	13,9	65	0
Итого			380	4,9	5,3	40,1	228	8,9
Всего				35,4	43,3	147	1120	16,1

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»

/А.Д.Короткова/

МЕНЮ
8 мая 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	4,9	6,8	20,3	163	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40/7/6	4,2	7,8	18,6	161	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3	2,5	13,3	89	0,5
Итого			453	12,1	17,1	52,2	413	1,1
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель 40%, морковь 30%, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, птица тушка охл.)	200	7,2	13,6	23,2	246	5,2
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	8,1	7,8	4,9	124	2,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	4,5	21,9	147	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)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			650	23,5	26,3	80,9	658	7,6
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла 27%, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,6	43	1,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель 40%, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	150	2,7	3,3	18,8	116	9,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный мохшанский 0,700)	40	2,8	0,2	18,5	87	0
Итого			450	6,2	6,4	49	278	10,8
Всего				41,8	49,8	182,1	1349	19,5