

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"
/Борисова О.В./

МЕНЮ

3 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	150	1,8	6,6	14,9	126	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
Итого			366	4,2	12,5	38,3	282	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	2,9	3,4	43	1,6
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	6,3	10,9	8,2	160	2,3
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	110	7	16	9,1	208	11,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	15,7	30,1	45,8	517	15,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,8	2,4	4,7	52	0,5
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			190	5,8	6,3	34,5	219	0,5
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	15,2	1,3	165	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			390	11,3	18	26,5	313	0,6
Всего				37,8	67,1	160,3	1396	19,5

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"
/Борисова О.В./

МЕНЮ

3 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	200	2,5	6,7	20,2	149	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого			448	5,6	14,5	49,9	350	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1	2	5,4	44	2,6
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	7,9	12,3	14,6	207	4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	9,6	14,5	17,1	239	21,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			710	20,8	29,2	68,1	621	27,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	18,5	1,5	254	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	10,7	80	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	14,3	21,3	31,7	376	0,6
Всего				51,1	75	216,4	1797	33,4