

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 мая 2024 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,1	6,2	17	145	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			356	10,3	14,5	44,5	352	1
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								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	40	1,4	4,1	3,1	55	3,2
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	5,3	6,8	10,7	125	2,9
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	60	8,3	3,7	2,9	78	0,5
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	4,9	3	10,2	88	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			580	21,7	17,9	53	456	6,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	4,2	32,9	186	0,1
Итого			210	8,7	7,9	39,9	265	0,9
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	12,1	22,3	2,5	259	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			370	14,4	22,5	24,1	356	0,2
Всего				55,9	63	176,7	1494	11,7

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

3 мая 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								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,5	7,4	24,2	190	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	13,3	87	0,5
Итого			448	12,5	17,6	58,2	442	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	2,2	6,1	4,7	82	4,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	6,7	7,8	15,6	159	4,6
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	70	8,4	3,8	4	83	0,6
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	10,4	3,7	21,7	162	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			760	30	21,8	78	621	10
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	4,6	44,1	240	0,1
Итого			280	11,3	9,5	53,4	345	1,1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	12,2	18,7	2,6	227	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	15,3	18,9	30,2	351	0,2
Всего				70,1	68	240	1845	16,3