

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88

_____ /Борисова О.В./

МЕНЮ

7 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	5	16,5	125	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	8,7	71	0,5
Итого			356	9	13,5	40,6	320	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1	0,2	20,2	86	4
Итого			150	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		ВИНЕГРЕТ	40	0,7	1,9	4,3	39	3,3
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	6,3	7,4	8,6	180	9,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	11,1	14,5	11,4	221	18,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,9	16	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	19,9	24,1	47,5	539	31,1
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	25,6	113	0
Итого			225	2,4	0,2	32,6	141	0
Ужин								
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	6,7	5,4	14	170	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			330	18,1	8,3	42,6	318	1
Всего				50,4	46,3	183,5	1404	36,6

Утверждаю

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

МЕНЮ
7 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,9	6,9	35,6	236	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7	20,7	157	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	9,8	76	0,5
Итого			398	14,1	16,5	66,1	469	0,5
II Завтрак,								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		ВИНЕГРЕТ	60	1,4	3	7	61	5,2
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	250	8	10,3	13	187	15,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	12,7	16,7	15,9	267	24,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			760	24,4	30,4	65	638	45,1
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/20	3,1	0,2	38,7	169	0,1
Итого			240	3,2	0,2	45,7	197	0,1
Ужин								
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	6,4	23,3	247	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,3	10,2	73	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			370	17	8,9	53	412	0,5
Всего				59,7	56,2	250	1802	50,8