

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 января 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								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,1	5,6	17,7	140	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	9,6	69	0,4
Итого			360	11	11,3	42,7	321	0,9
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 "СВЕТОФОР"	30	1,2	1,3	5,5	39	4
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	7	8,3	11,7	149	3,3
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,4	3,6	19,8	129	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	12	5,6	4	126	7,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	26,4	19,1	65,2	545	15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	30,6	133	0
Итого			195	6,6	3,9	37,6	212	0,8
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6,3	11,6	1,7	136	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,3	1,9	10,1	68	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			390	10,8	13,7	26,4	273	0,6
Всего				55,6	48,2	187,1	1416	20,3

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 января 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								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,5	5,9	27,9	188	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,6	4	14,4	113	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	10,7	73	0,4
Итого			402	12,7	12	53	374	0,9
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 "СВЕТОФОР"	50	1,7	2,3	7,6	59	7,7
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	6,8	7,8	16,4	163	5,1
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	4,7	24,6	162	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	17,6	10,2	6,4	204	11,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	33,8	25,4	87	723	24,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/20	3,2	0,2	51	219	0,1
Итого			260	8,8	5,1	60,3	324	1,1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,7	15,5	2,2	183	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,4	1,9	9,4	65	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	14,1	17,6	31,1	340	0,6
Всего				70,4	60,3	251,6	1847	30,7