

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	8,5	18,9	172	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/10	4,2	2,8	14,6	101	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	11,6	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,3</b>	<b>13,9</b>	<b>45,1</b>	<b>356</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,3	6,6	8,5	115	9,2
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,2	2	20,6	113	0
		ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,5	10,7	2,9	159	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>16,8</b>	<b>19,6</b>	<b>57,1</b>	<b>493</b>	<b>10,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,8	2,4	4,7	52	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>5,8</b>	<b>6,3</b>	<b>34,5</b>	<b>219</b>	<b>0,5</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	8,7	5,6	1,1	189	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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>11</b>	<b>5,8</b>	<b>22,7</b>	<b>286</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>46,7</b>	<b>45,8</b>	<b>174,6</b>	<b>1419</b>	<b>14,9</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,2	9,1	22,7	194	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/12	5,4	3,3	19,5	130	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>452</b>	<b>13,8</b>	<b>15</b>	<b>53,9</b>	<b>408</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	250	5,4	8,6	12	154	12,1
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,1	3	32,8	179	0
		ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	8,7	13,2	5,5	176	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>21,5</b>	<b>25,2</b>	<b>81,3</b>	<b>640</b>	<b>13,1</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,4</b>	<b>9,8</b>	<b>46,5</b>	<b>314</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	13,1	7,9	1,6	229	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,2</b>	<b>8,1</b>	<b>31,1</b>	<b>361</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>61,9</b>	<b>58,3</b>	<b>233</b>	<b>1809</b>	<b>19,3</b>