

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2	4,3	24,2	144	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		7	28	0
Итого			366	4,4	10,2	46,6	296	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								
		СУП "ПОЛЕВОЙ"	150	4,1	6,3	10,6	197	3,6
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	6,1	9,6	6,7	199	19,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	12	16,2	44,4	510	23,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ШТОЛИ	60	4,3	3,9	23,3	145	0,1
Итого			210	8,6	7,6	30,3	224	0,9
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	6,5	10,2	1,3	163	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	11,6	76	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	11,2	12,5	27,5	268	0,5
Всего				37	46,7	164	1403	27,7

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

10 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								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	3,4	4,5	39,4	212	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	6,5	12,3	69,1	413	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								
		СУП "ПОЛЕВОЙ"	250	7,7	9,9	17,8	241	5,5
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	8,9	13,1	9,3	243	28
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	18,9	23,4	60	623	33,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ШТОЛИ	80	5,7	5,1	32,6	200	0,1
Итого			280	11,3	10	41,9	305	1,1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	13,3	1,4	208	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	12,6	81	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	13,7	15,6	33,5	331	0,5
Всего				51,4	61,5	224,7	1808	39,1