

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,9	5,1	21,8	153	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4	3	15,4	105	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			360	11,8	10,5	49,3	341	1,1
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								
		САЛАТ "КУКУРУЗКА"	30	0,7		1,4	8	0,8
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б	150	5,4	8,4	8,2	130	9,3
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	6,5	8,8	20,8	188	10,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	14,4	17,5	55,5	432	20,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	7,4	33,9	219	0,1
Итого			210	8,7	11,1	40,9	298	0,9
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	8,9	11,1	3,3	148	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	9,7	75	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			350	14,2	13,9	27,6	292	0,6
Всего				49,9	53,2	188,5	1428	26,3

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 марта 2025 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	8,4	26,5	205	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,1	3,9	20,6	138	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			402	13,8	14,7	61,3	434	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		САЛАТ "КУКУРУЗКА"	40	0,8	0,1	1,6	10	1,1
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б	250	9,1	11,8	14,9	233	16,8
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,4	11,1	23,2	231	12
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,1	0,3	22,8	98	0
Итого			740	21,4	23,3	71,2	607	29,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	7	44,3	262	0,1
Итого			280	11,3	11,9	53,6	367	1,1
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	11,9	10,8	4,5	162	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			320	18,1	13,6	35,7	338	0,6
Всего				65,6	63,7	242	1832	36,7