

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 февраля 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	6,6	15,8	140	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			356	9,2	14,1	42,5	336	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 "СВЕТОФОР"	30	1,2	6,1	5,5	82	4
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	7	6,5	8,2	124	2,3
		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	1,6	5,5	11	98	5,3
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	10,1	13	3,1	170	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	21,7	31,4	52,9	580	12,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			190	5,8	5,7	21,9	162	0,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	12,4	8,9	4,4	148	0,3
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			350	17,7	11,7	29,6	296	0,8
Всего				55,2	63,1	162,1	1439	18,1

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 февраля 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	7,5	19,6	164	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	13,3	87	0,5
Итого			448	10,5	16,5	52,5	401	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 "СВЕТОФОР"	50	2	2,4	9,2	68	7,8
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	7,3	6,3	16	155	3,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,6	3,3	17,8	112	8,6
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,6	17,2	6,7	232	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			720	26,8	29,6	80,7	698	21,2
Полдник								
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
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	13,6	5,7	6,5	132	0,3
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,3	11,2	78	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	19,5	8,2	37,2	302	0,8
Всего				67,2	64,3	237,1	1801	28