

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 июля 2024 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								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,8	5,6	6,6	89	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			356	7,9	12,2	32,3	273	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								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	4	6,9	9,2	118	4,5
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	4,8	5,5	6,6	97	19,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	10,6	12,7	40,9	321	24,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,5	4,4	32,9	189	0,1
Итого			210	8,8	8,1	39,9	268	0,9
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	8,5	3	0,7	65	0,3
		ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	4,5	2,7	9,3	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			400	15,3	5,9	30,6	237	0,3
Всего				43,4	39,1	158,9	1164	29,3

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

12 июля 2024 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								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,5	7,4	24,2	190	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			448	12,5	15,6	56,1	416	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								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	5,4	7,9	13,9	150	6,7
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	6,3	6,9	9,8	128	29,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	14	15,2	55,7	413	36
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	6,6	44,1	258	0,1
Итого			280	11,3	11,5	53,4	363	1,1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	10,2	4,2	0,6	82	0,4
		ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	140	11,2	4	23,4	174	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	24,5	8,4	50,6	377	0,4
Всего				63,3	50,9	236	1655	42,5