

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
13 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6,6	18,4	149	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>8,4</b>	<b>10,2</b>	<b>39,8</b>	<b>285</b>	<b>0,6</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>								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ	150	6,4	8,9	8,4	140	9,5
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,2	4,4	20,6	135	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>11,4</b>	<b>13,6</b>	<b>53,2</b>	<b>377</b>	<b>9,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	9,2	32,9	231	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>8,7</b>	<b>12,9</b>	<b>39,9</b>	<b>310</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	90	6,7	5,4	14	130	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	12,6	87	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>290</b>	<b>12</b>	<b>8,2</b>	<b>41,2</b>	<b>286</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>41,3</b>	<b>45,1</b>	<b>189,3</b>	<b>1323</b>	<b>14,5</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
13 января 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	8,2	23,1	183	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,5	4,4	20,6	145	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>9,8</b>	<b>12,6</b>	<b>51,8</b>	<b>360</b>	<b>0,6</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>								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ	200	8,8	11,8	12,5	192	15,2
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	5,1	6,2	32,9	208	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>16,2</b>	<b>18,4</b>	<b>76,4</b>	<b>531</b>	<b>15,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	5,9	10,7	50,7	321	0,3
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>11,5</b>	<b>15,6</b>	<b>60</b>	<b>426</b>	<b>1,3</b>
<b>Ужин</b>								
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	6,4	23,3	195	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>17,3</b>	<b>9,2</b>	<b>55,5</b>	<b>375</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>55,8</b>	<b>56</b>	<b>263,9</b>	<b>1778</b>	<b>21,6</b>