

Утверждаю

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

## МЕНЮ

15 августа 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	6,8	18,9	157	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/5	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>10,1</b>	<b>13,4</b>	<b>45,6</b>	<b>345</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,9</b>	<b>62</b>	<b>13,2</b>
<b>Обед</b>								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,4	7,6	8,6	125	10
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	5,7	10	24,8	213	12,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>11,9</b>	<b>17,9</b>	<b>59,5</b>	<b>448</b>	<b>22,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	4,9	6	27,7	183	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>9,2</b>	<b>9,7</b>	<b>34,7</b>	<b>262</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,8	1,1	4,5	30	2,1
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	4,7	9,5	1,2	109	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>310</b>	<b>7,8</b>	<b>10,8</b>	<b>28,3</b>	<b>240</b>	<b>2,2</b>
<b>Всего</b>				<b>39,5</b>	<b>52,3</b>	<b>181</b>	<b>1357</b>	<b>39,7</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

15 августа 2024 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,8	8	23,6	190	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/7	3	5,8	19,6	143	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	13,3	87	0,5
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>11,8</b>	<b>16,2</b>	<b>56,5</b>	<b>420</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,9</b>	<b>62</b>	<b>13,2</b>
<b>Обед</b>								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	250	5,7	9,5	12,7	165	15,3
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	7,2	6,7	32,7	221	16,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>15,2</b>	<b>16,6</b>	<b>78,3</b>	<b>525</b>	<b>31,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	6,5	7,5	35,9	235	0,2
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>12,1</b>	<b>12,4</b>	<b>45,2</b>	<b>340</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1	2	5,7	45	2,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,6	17,5	2	208	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>14,7</b>	<b>19,7</b>	<b>36,2</b>	<b>381</b>	<b>2,7</b>
<b>Всего</b>				<b>54,3</b>	<b>65,4</b>	<b>229,1</b>	<b>1728</b>	<b>50</b>