

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 мая 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	4,2	14,8	114	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	11,7	41,5	310	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								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	3,7	6,6	8,1	111	2,2
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	110	8,4	9,9	9,4	161	13
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			480	13,9	16,8	43,6	382	15,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПИРОЖОК С "СЮРПРИЗОМ"	60	5,1	4,5	26,7	166	0,1
Итого			210	9,4	8,2	33,7	245	0,9
Ужин								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,7	1	3,9	27	1,8
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	17,1	11,3	5,8	194	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			400	20,1	12,5	31,3	318	2,2
Всего				53,4	49,4	165,3	1320	22,3

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 мая 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	5	18,6	138	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	14	51,5	375	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								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,1	7,4	14,6	152	3,8
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	130	9,4	11,4	11,2	185	15,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			630	16,8	19,2	57,8	472	19,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ПИРОЖОК С "СЮРПРИЗОМ"	80	6,2	4,6	34,5	203	0,1
Итого			280	11,8	9,5	43,8	308	1,1
Ужин								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1	2	5,4	44	2,6
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	18,7	13,1	6,6	217	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	22,8	15,3	39,6	385	3
Всего				62,9	58,2	212,9	1626	28,2