

Утверждаю

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

## МЕНЮ

17 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,2	5,3	20,6	142	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>5,5</b>	<b>10,4</b>	<b>43,2</b>	<b>287</b>	<b>0</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>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	5,1	7,9	8,3	129	2,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	10,4	14,7	10,5	216	19,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>17,3</b>	<b>22,9</b>	<b>44,9</b>	<b>455</b>	<b>21,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30/10	4,9	3,8	20	134	0
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>9,2</b>	<b>7,5</b>	<b>27</b>	<b>213</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/30	16,4	13,8	11,7	239	0,3
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	10,6	72	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>21,1</b>	<b>16,1</b>	<b>36,9</b>	<b>380</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>53,9</b>	<b>57,1</b>	<b>167,2</b>	<b>1400</b>	<b>26,2</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
17 марта 2025 г.

**Сад 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>								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,2	5,3	20,6	142	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/12	2,2	6,6	14,7	127	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>5,5</b>	<b>11,9</b>	<b>44,3</b>	<b>305</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,1	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,1</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	6	8,2	14,6	293	5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	12,3	18,1	16,5	279	25,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>20,6</b>	<b>26,7</b>	<b>63,1</b>	<b>707</b>	<b>30,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40/12	5,3	4,3	20	140	0
<b>Итого</b>			<b>252</b>	<b>10,9</b>	<b>9,2</b>	<b>29,3</b>	<b>245</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	180/40	20,2	15,5	16,5	299	0,3
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	12,7	82	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>25,1</b>	<b>17,9</b>	<b>43,8</b>	<b>450</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>63,1</b>	<b>65,9</b>	<b>200,6</b>	<b>1793</b>	<b>36,3</b>