

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 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		
Завтрак								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	7,8	18,7	165	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			356	10,1	16,3	44,7	368	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								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	5,7	9,8	9,1	151	9,5
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	7,4	14,4	6,7	187	19,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	14,9	24,5	40,9	444	29,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,6	10,5	33,9	208	0,1
Итого			210	8,9	14,2	40,9	287	0,9
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	5,5	15,7	1,3	168	0,1
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			410	7,8	15,9	21,9	261	0,1
Всего				42,5	71,1	163,6	1425	34,2

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 марта 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		
Завтрак								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,2	27,1	208	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,6	7,6	18,1	152	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	9,8	76	0,5
Итого			448	12	18,4	55	436	1,1
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,6	83	1,6
Итого			200	1	0,2	19,6	83	1,6
Обед								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	7,7	12,1	13,6	229	16,6
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	8,6	17,3	9	229	25,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	18,6	29,8	53,6	589	41,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	7,8	42,1	261	0,1
Итого			280	11,3	12,7	51,4	366	1,1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	19,4	1,5	213	0,1
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	11,2	19,6	28,1	334	0,1
Всего				54,1	80,7	207,7	1808	45,7