

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"
/Борисова О.В./**МЕНЮ**
18 июля 2024 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	6,8	18,9	157	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			356	10,1	13,4	44,6	341	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								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,4	6,6	8,6	116	10
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	4,5	5,6	9	106	13,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	10,7	12,5	42,7	328	23,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	24,2	108	0
Итого			195	6,6	3,9	31,2	187	0,8
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	150	20,6	14,2	36,6	361	0,2
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			360	22,9	14,4	57,2	454	0,2
Всего				51,1	44,4	190,9	1375	28,1

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 июля 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,8	8	23,6	190	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			448	11,8	16,2	55,5	416	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								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	250	5,7	8,5	12,7	156	15,3
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	5,8	7	13,2	141	18,9
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	13,8	15,9	56,9	428	34,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/20	3,1	0,2	32,3	143	0
Итого			260	8,7	5,1	41,6	248	1
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	160	22,1	16,5	43,4	415	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	25,2	16,7	70	536	0,2
Всего				60,5	54,1	244,2	1714	40,4