

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	3,9	6,6	17,4	145	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/10	3,8	2,2	14,6	95	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			360	10,6	11,2	43,1	319	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	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	5,3	10	105	3
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,3	4,3	19,2	133	0
		КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,1	8,2	5,7	133	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	19,3	18,1	60	477	3,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	5,5	8,9	28,5	215	0,2
Итого			210	9,8	12,6	35,5	294	1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,9	1	4,1	30	8,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,7	23,8	3	272	0,3
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			400	14,9	25	27,7	395	8,9
Всего				55,4	67,1	181,5	1550	17,6

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"
/Борисова О.В./**МЕНЮ**
19 июля 2024 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		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,2	6,6	22	165	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/12	5,4	3,3	19,5	130	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			452	12,6	12,3	53,8	378	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,1	0,2	22	94	4,3
Итого			200	1,1	0,2	22	94	4,3
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,5	5,9	16,7	143	4,9
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,4	3,9	24,6	155	0
		КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	10,4	10,3	5,7	157	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,9	0,3	20,2	87	0
Итого			700	23,2	20,4	74	569	5,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	6,7	11,7	34,4	268	0,2
Итого			280	12,3	16,6	43,7	373	1,2
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,3	2	6,2	49	13
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,4	25,4	2,9	302	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4	0,3	26,1	123	0
Итого			460	20,8	27,7	42,3	503	13
Всего				70	77,2	235,8	1917	25,2