

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

24 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	4,5	3,9	28,7	168	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
Итого			356	6,8	8,1	50,3	301	0
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 НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,4	7,6	9	126	9,5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	4,2	5,6	15,6	130	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	10,4	13,5	50,7	366	10,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30/8	3,8	4,5	14,9	117	0
Итого			188	8,1	8,2	21,9	196	0,8
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	12,2	21,5	64,1	500	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	13,1	86	0,5
Итого			320	15,1	23,9	77,2	586	0,9
Всего				41,2	53,9	215,3	1514	14,8

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

24 июня 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								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	5,5	4,1	35,3	200	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого			408	8,6	9,9	63,9	379	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	250	5	8,9	13,5	160	14,5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10	10,2	35,1	272	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	17,3	19,5	81,5	571	15,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40/10	4,9	5,4	20	148	0
Итого			250	10,5	10,3	29,3	253	1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	12,2	18	63,9	467	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			360	15,2	20,4	78,1	558	0,9
Всего				52,6	60,3	273	1847	21,3