

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 мая 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	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	2,9	32,3	167	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,9	44	0
Итого			346	5,5	8,8	58,6	335	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								
		СУП ОВОЩНОЙ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА К/Б	150	6,5	6,5	12,6	136	4,1
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	5	5,9	18,7	149	9,5
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			17,4	70	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	13,3	12,7	68	438	13,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,8	4,2	8	89	0,9
		ШТОЛИ С ИЗЮМОМ	60	4,7	5,8	27,3	180	0,1
Итого			230	9,5	10	35,3	269	1
Ужин								
		РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	7,5	3,6	2,9	75	0,5
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,2	2,8	20,6	120	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	15,5	98	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	16	9,2	53,6	362	1
Всего				45,1	40,9	230,7	1469	18,6

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 мая 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	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,5	3,7	37,3	197	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		12,9	52	0
Итого			398	6,6	11,5	70,9	414	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								
		СУП ОВОЩНОЙ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА К/Б	250	9,5	8,3	21	199	6,8
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	6,2	6,5	23,9	180	12
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			19,3	77	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	18	15,2	88,4	560	18,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ШТОЛИ С ИЗЮМОМ	80	5,9	6,2	35,8	223	0,1
Итого			280	11,5	11,1	45,1	328	1,1
Ужин								
		РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	8,4	3	4	76	0,6
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,1	3	33,1	180	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	17,5	107	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	19,7	8,8	74,1	455	1,1
Всего				56,8	46,8	298,7	1843	25