

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

\_\_\_\_\_/Борисова О.В./

## МЕНЮ

9 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	6,8	18,9	157	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	5	15,4	116	0,5
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>10,2</b>	<b>14,2</b>	<b>46,4</b>	<b>356</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	4	7,6	9,2	126	4,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	9,6	9,6	11,4	172	18,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>15,4</b>	<b>17,5</b>	<b>47,7</b>	<b>412</b>	<b>22,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПИРОГ "ПАНЖАКАЙ"	60	6,1	6,1	24,8	178	0,7
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>10,4</b>	<b>9,8</b>	<b>31,8</b>	<b>257</b>	<b>1,5</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	50/30	6,3	2,7	2,5	60	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	4,5	2,7	9,3	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>13,1</b>	<b>5,6</b>	<b>34,4</b>	<b>240</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>49,1</b>	<b>47,1</b>	<b>160,3</b>	<b>1265</b>	<b>25,6</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
9 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,8	8	23,6	190	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	20,7	157	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	13,3	87	0,5
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>11,8</b>	<b>17,4</b>	<b>57,6</b>	<b>434</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	5,4	10,3	13,9	176	6,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	11,4	11,2	15,2	209	24,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>19,1</b>	<b>21,9</b>	<b>62</b>	<b>524</b>	<b>30,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ПИРОГ "ПАНЖАКАЙ"	80	7,9	7,7	32	228	0,7
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>13,5</b>	<b>12,6</b>	<b>41,3</b>	<b>333</b>	<b>1,7</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	70/40	7,6	3,7	4,3	81	0,7
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	140	11,2	4,8	23,4	181	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2	0,2	13,7	65	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>20,9</b>	<b>8,7</b>	<b>50,4</b>	<b>363</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>65,3</b>	<b>60,6</b>	<b>211,3</b>	<b>1654</b>	<b>34,3</b>