

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 ноября 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								
		КАША "ДРУЖБА"	150	4,4	7,6	20,1	167	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/10	3,5	2,7	9,7	78	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	8,7	65	0,4
Итого			360	10,4	12,4	38,5	310	0,9
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 ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКИ	150	9,7	8,8	15	178	3
2008	311	ПЛОВ	150	8,1	11,9	15,5	202	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	19,6	21	54,7	482	3,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	7,8	5,5	24,3	179	0
Итого			200	12,1	9,2	31,3	258	0,8
Ужин								
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	150	19,4	18,9	12,7	306	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	9,2	71	0,5
Итого			320	22,3	21,3	21,9	377	0,7
Всего				65,2	64,1	161,6	1492	9,2

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 ноября 2024 г.

Сад 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								
		КАША "ДРУЖБА"	150	5	8,4	24,3	194	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	50	4,2	2,8	14,6	101	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	7,8	62	0,4
Итого			400	11,8	13,3	46,7	357	0,9
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 ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	200	9,9	7,8	25,7	213	4,6
2008	311	ПЛОВ	200	9,4	13,8	29,9	282	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			630	21,6	22	87,6	630	5,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	7,8	5,5	24,3	179	0
Итого			250	13,4	10,4	33,6	284	1
Ужин								
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	180/30	20,1	24,2	17	383	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	10,5	77	0,5
Итого			410	23,2	26,7	27,5	460	0,7
Всего				71	72,6	215,6	1817	12,1