

Утверждаю

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

## МЕНЮ

29 ноября 2024 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	9,5	18,7	181	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>10,4</b>	<b>16,9</b>	<b>46,2</b>	<b>380</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	0,7	1	3	24	6
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	4,6	6,7	11,2	127	7,9
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	6,8	12,3	18,4	210	9,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>13,9</b>	<b>20,3</b>	<b>58,7</b>	<b>471</b>	<b>23,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>7,3</b>	<b>7,6</b>	<b>36,8</b>	<b>246</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	8,2	3,9	0,5	70	0,3
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	120	6,7	5,4	14	130	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	10,6	72	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>19,6</b>	<b>11,6</b>	<b>39,7</b>	<b>341</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>52</b>	<b>56,6</b>	<b>196,6</b>	<b>1503</b>	<b>28,9</b>

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

\_\_\_\_\_/Борисова О.В./

## МЕНЮ

29 ноября 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	6,4	9,8	24,2	211	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7	20,7	157	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,3	14	89	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>12,3</b>	<b>19,1</b>	<b>58,9</b>	<b>457</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	1,4	1,1	6	40	13,2
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	8,6	14,3	165	12,4
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	7	14	20,6	237	10,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,4	25,3	109	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>16,5</b>	<b>24,1</b>	<b>74,9</b>	<b>586</b>	<b>36,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,4</b>	<b>9,8</b>	<b>46,5</b>	<b>314</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	10,2	4,2	0,6	82	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	140	11,1	6,4	23,3	195	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	12,7	82	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,3	20	94	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>27</b>	<b>13,1</b>	<b>56,6</b>	<b>453</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>66,2</b>	<b>66,3</b>	<b>257,1</b>	<b>1896</b>	<b>43</b>