

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		
Завтрак								
		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
Итого			356	10,4	16,9	46,2	380	1
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								
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
Итого			520	13,9	20,3	58,7	471	23,4
Полдник								
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
Итого			190	7,3	7,6	36,8	246	0,8
Ужин								
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
Итого			380	19,6	11,6	39,7	341	0,7
Всего				52	56,6	196,6	1503	28,9

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

29 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								
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
Итого			408	12,3	19,1	58,9	457	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		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
Итого			630	16,5	24,1	74,9	586	36,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
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
Итого			460	27	13,1	56,6	453	0,8
Всего				66,2	66,3	257,1	1896	43