

Утверждаю

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

МЕНЮ
3 декабря 2024 г.

Ясли 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,6	9	19,5	179	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			360	11,9	15	47	374	1,1
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								
		ВИНЕГРЕТ	40	0,7	1,9	4,3	39	3,3
		УХА СО СМЕТАНОЙ	150	5,8	4,7	7	96	3,4
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	110	6,8	9	6,7	135	19,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			450	15,1	15,9	43,1	376	26,4
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								
		ЛАШЕВНИК С ТВОРОГОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/50	11,5	15,9	13,9	246	0,2
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			400	16,2	18,2	39,1	387	0,6
Всего				51,3	56,9	181,2	1448	31,9

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 декабря 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	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,1	7,9	25,5	195	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,1	3,9	20,7	139	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,3	14	89	0,5
Итого			402	13,1	14,1	60,2	423	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								
		ВИНЕГРЕТ	60	1,4	3	7,2	62	5,3
		УХА СО СМЕТАНОЙ	200	7,9	7,9	11,1	151	5,4
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	10,6	11,8	8,9	185	25,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			660	22,2	23,1	58,2	529	36,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
		ЛАШЕВНИК С ТВОРОГОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160/50	17,1	19,7	25,2	348	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	12,7	82	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			450	22,8	22,1	57,4	522	0,8
Всего				68,5	69,3	242,5	1874	42,9