

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 декабря 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	8,2	15,9	154	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,3	1,9	12,1	76	0,4
Итого			356	8,6	15,2	42,6	343	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 С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	150	5,2	9,9	4,9	129	2,6
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	11,1	19,7	10,6	265	19,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,6	22	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	18,1	29,9	40,4	499	22,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			190	7,3	7,6	36,8	246	0,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	10,6	8,8	4,4	139	0,3
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			350	15,3	11,1	29,6	280	0,7
Всего				50,1	64	164,6	1433	27,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 декабря 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	8,2	17,7	164	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,4	1,9	13,2	80	0,4
Итого			448	9,9	16,7	50,5	394	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,1	86	4
Итого			200	1	0,2	20,1	86	4
Обед								
		СУП С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	200	8,2	13,9	10	199	5,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,5	23,1	16,5	330	25,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			580	24	37,4	58,5	664	30,7
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								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	13,4	11,6	5,3	179	0,3
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			400	19,1	14	37,5	353	0,7
Всего				63,4	78,1	213,1	1811	37,3