

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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 | | | | | | | | |
| | | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 5,2 | 6,3 | 18,6 | 152 | 0,5 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/6 | 2,3 | 5,9 | 15,4 | 124 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 170 | 2,9 | 2,4 | 12,1 | 83 | 0,5 |
| Итого | | | 356 | 10,4 | 14,6 | 46,1 | 359 | 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 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 30 | 0,6 | 1 | 3,4 | 26 | 3,1 |
| | | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 150 | 5,9 | 8,9 | 11,2 | 152 | 8 |
| 2008 | 351 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 110 | 5,9 | 12,4 | 10,3 | 176 | 12,8 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,8 | 0,3 | 19,3 | 83 | 0 |
| Итого | | | 480 | 14,2 | 22,6 | 51 | 464 | 23,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| | | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 6,9 | 4,6 | 23,8 | 164 | 0,1 |
| Итого | | | 200 | 11,2 | 8,3 | 30,8 | 243 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 242 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ | 60 | 7,8 | 2,9 | 0,5 | 59 | 0,3 |
| | | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | 120 | 6,7 | 4,5 | 14 | 123 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 2,5 | 2,1 | 8,7 | 65 | 0,4 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| Итого | | | 380 | 19,2 | 9,7 | 37,8 | 316 | 0,7 |
| Всего | | | | 55,8 | 55,4 | 180,9 | 1447 | 29,5 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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 | 184 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 6,6 | 7,5 | 24,3 | 192 | 0,6 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/8 | 2,9 | 7,7 | 20,1 | 162 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3,2 | 2,5 | 14,4 | 94 | 0,6 |
| Итого | | | 448 | 12,7 | 17,7 | 58,8 | 448 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 50 | 1 | 2,1 | 4,9 | 44 | 4,6 |
| | | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 200 | 6,1 | 6,7 | 11,5 | 137 | 10,1 |
| 2008 | 141 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 150 | 7,1 | 8,9 | 17,3 | 179 | 21,3 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 7,8 | 31 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,4 | 0,4 | 25,5 | 110 | 0 |
| Итого | | | 630 | 16,6 | 18,1 | 67 | 501 | 36 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| | | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 70 | 9,8 | 9,1 | 31 | 244 | 0,1 |
| Итого | | | 270 | 15,4 | 14 | 40,3 | 349 | 1,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 242 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ | 80 | 9,4 | 3,2 | 0,6 | 69 | 0,4 |
| | | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | 130 | 11,1 | 4,8 | 23,2 | 181 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 2,7 | 2,2 | 11,9 | 79 | 0,4 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| Итого | | | 450 | 26,2 | 10,4 | 55,2 | 421 | 0,8 |
| Всего | | | | 71,9 | 60,4 | 241,5 | 1805 | 43,1 |