

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