

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,1	4,3	26	151	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>4,5</b>	<b>10,2</b>	<b>50,3</b>	<b>311</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ	150	7,5	10	8,3	154	10,1
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	7,7	11	24,8	228	12,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>17</b>	<b>21,3</b>	<b>57,3</b>	<b>484</b>	<b>22,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ШТОЛИ	60	4,9	7,1	26	187	0,2
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>9,2</b>	<b>10,8</b>	<b>33</b>	<b>266</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	16,7	1,4	179	0,1
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
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>10,7</b>	<b>19</b>	<b>24,7</b>	<b>313</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>42,2</b>	<b>61,5</b>	<b>180,5</b>	<b>1439</b>	<b>27,1</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	6	34	201	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	20,7	157	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>5,7</b>	<b>13</b>	<b>64,7</b>	<b>398</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ	200	8,2	11,1	12,3	184	15,4
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С КУРИЦЕЙ	150	12,6	14,5	32,8	313	16,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	0,3	21,3	92	0
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>22,8</b>	<b>25,9</b>	<b>74,2</b>	<b>620</b>	<b>32,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ШТОЛИ	80	6	8,4	33,8	234	0,2
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>11,6</b>	<b>13,3</b>	<b>43,1</b>	<b>339</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,4	19,6	1,9	217	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	12,6	81	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>13,3</b>	<b>21,9</b>	<b>29,6</b>	<b>369</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>54,4</b>	<b>74,3</b>	<b>231,8</b>	<b>1812</b>	<b>38,1</b>