

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		
Завтрак								
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
Итого			366	4,5	10,2	50,3	311	0
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								
		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
Итого			490	17	21,3	57,3	484	22,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ШТОЛИ	60	4,9	7,1	26	187	0,2
Итого			210	9,2	10,8	33	266	1
Ужин								
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
Итого			350	10,7	19	24,7	313	0,5
Всего				42,2	61,5	180,5	1439	27,1

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		
Завтрак								
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
Итого			397	5,7	13	64,7	398	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		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
Итого			580	22,8	25,9	74,2	620	32,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ШТОЛИ	80	6	8,4	33,8	234	0,2
Итого			280	11,6	13,3	43,1	339	1,2
Ужин								
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
Итого			400	13,3	21,9	29,6	369	0,6
Всего				54,4	74,3	231,8	1812	38,1