

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	6	18,9	150	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			356	10,3	13,7	44,1	342	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								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	7	11,8	8,8	174	10,7
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	6,3	8,8	18,7	179	9,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	15,1	20,9	52,6	459	20,2
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								
2012	449	ОЛАДЬИ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160/50	5,7	12,6	30,8	258	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,3	1,9	8,2	80	0,4
Итого			390	8	14,5	39	318	0,6
Всего				41,5	56,9	187,7	1430	25,6

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 декабря 2024 г.

Сад 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	5,2	5,9	22,6	165	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	10,7	73	0,4
Итого			408	10,8	14,6	52,9	388	0,8
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 СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	200	10,5	17,3	15,9	270	17,9
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	9,7	11,8	25,5	248	13,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			580	22,5	29,5	74,3	657	31
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								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/50	6	18,3	29,1	304	0,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	10,4	76	0,5
Итого			400	9	20,7	39,5	380	0,8
Всего				52,7	74,8	233,4	1825	37,6