

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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 | 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 |