

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	3,5	6,5	15,7	136	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,3	1,9	9,2	64	0,4
Итого			360	10,2	12	40,3	312	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	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4	4,3	9,2	92	3
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,4	5,2	19,8	144	0
		ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,9	12,4	5,7	170	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	19,1	22,2	58,9	508	4,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	150			17	68	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,9	8,3	27,7	203	0,1
Итого			200	4,9	8,3	44,7	271	0,1
Ужин								
		ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	100/15	13,4	10	17,9	217	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			315	18,1	12,3	41,2	351	0,6
Всего				53,1	55	200,3	1507	8,8

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	4,2	8,2	22,1	179	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,5	4,4	20,6	145	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,4	1,9	10,3	69	0,4
Итого			402	12,1	14,5	53	393	1
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	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,5	5,9	17,1	144	5,1
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	5,5	24,6	169	0
		ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	9	12,4	7,1	176	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,7	0,3	18,3	79	0
Итого			650	21,6	24,1	73,9	595	6,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			19,3	77	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	6,8	9	35,3	248	0,2
Итого			270	6,8	9	54,6	325	0,2
Ужин								
		ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	130/20	20,9	19,1	25,4	361	0,2
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,2	16	75	0
Итого			390	23,4	19,3	49,5	468	0,2
Всего				64,9	67,1	251,2	1867	11,5