

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 марта 2025 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								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,2	2,8	20,6	120	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,6	2,2	10,6	73	0,5
Итого			356	8	10,1	45,8	306	0,5
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								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	6,3	10,4	9	208	9,1
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	6,3	12	8,6	169	11,8
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	14,4	22,7	42,7	483	20,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	4,9	6,6	27,7	189	0,1
Итого			210	9,2	10,3	34,7	268	0,9
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	17	1,4	190	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			410	10,4	17,2	24,9	295	0,1
Всего				42,8	60,5	163,3	1417	25,4

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 марта 2025 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								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,3	3,7	27,4	160	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			398	10,3	12,7	61,2	401	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	9	12,1	13,5	258	16,4
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	8,3	15,1	11,8	268	16
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	19,6	27,6	56,3	657	32,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	6,4	6,2	34,7	219	0,1
Итого			280	12	11,1	44	324	1,1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	17	1,4	221	0,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
Итого			460	11,2	17,2	29	315	0,1
Всего				54,1	68,8	210,7	1813	38,1