

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 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								
		КАША "ДРУЖБА"	150	4,4	5,9	20,1	152	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/10	4,2	2,8	14,6	101	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			360	11,7	11,3	45,3	332	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								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,8	4,3	8,7	144	2,8
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	5,5	10,1	18,4	196	9,4
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	12,1	14,7	52,2	446	12,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			17	68	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			220	3	3,9	46,8	235	0
Ужин								
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160/30	13,7	13,4	12,3	226	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			400	16	13,6	33,9	323	0,2
Всего				43,6	43,7	193,4	1401	16,4

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 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								
		КАША "ДРУЖБА"	200	5	6,8	24,2	179	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/12	5,4	3,3	19,5	130	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,4	9,4	72	0,5
Итого			452	13,4	12,5	53,1	381	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								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	7,6	5	16	240	4,5
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	6,2	9,7	20,5	276	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	0,3	22,1	95	0
Итого			700	15,8	15	66,4	642	15
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	200			18,9	76	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	3,8	4,9	56,1	285	0
Ужин								
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	180/40	16,6	15,7	16,6	336	0,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,9	0,2	12,8	60	0
Итого			460	18,6	15,9	38,4	432	0,4
Всего				52,6	48,5	234,2	1796	20,4