

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

21 марта 2025 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								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	8	18,6	167	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			356	10,4	16,3	46,1	374	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								
		СВЕКОЛЬНИК НА К/Б	150	6,7	6,6	10,1	127	5,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	9,1	12,4	8,6	183	12,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			490	17,6	19,3	45,8	424	17,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	470	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	4,8	4,9	27	171	0,1
Итого			200	9,1	8,6	34	250	0,9
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	7,8	3,9	0,5	68	0,3
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	90	4,5	2,7	9,3	79	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	11,6	83	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			350	17,6	9,4	36	299	0,8
Всего				55,5	53,8	177,1	1412	23

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	6,4	9	24,2	204	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,3	6,7	15,8	133	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			408	11,7	18,1	54,2	428	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								
		СВЕКОЛЬНИК НА К/Б	200	7,1	7,7	13,3	151	6,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	10,6	14,6	11,4	220	8,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			650	20	22,7	57,6	510	14,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	70	6,3	6,3	35,7	224	0,1
Итого			270	11,9	11,2	45	329	1,1
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	9,4	4,2	0,6	98	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	4	23,2	173	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	13,6	91	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	18,1	86	0
Итого			450	26,4	11	55,5	448	0,9
Всего				71	63,2	232,5	1801	21,8