

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №88"(корпус 1)  
\_\_\_\_\_/Борисова О.В./

## МЕНЮ

22 мая 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  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
|                   |               | КАША "НЕЖНОСТЬ"             | 150        | 4,2               | 6,6         | 17,1         | 145                           | 0,4           |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ     | 30/5       | 2,2               | 4,2         | 14,6         | 105                           | 0             |
| к/к               | к/к           | КАКАО С МОЛОКОМ             | 170        | 3,1               | 2,6         | 11,6         | 83                            | 0,5           |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>355</b> | <b>9,5</b>        | <b>13,4</b> | <b>43,3</b>  | <b>333</b>                    | <b>0,9</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                | 150        | 0,8               | 0,2         | 15,2         | 65                            | 3             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>150</b> | <b>0,8</b>        | <b>0,2</b>  | <b>15,2</b>  | <b>65</b>                     | <b>3</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
|                   |               | САЛАТ "КУКУРУЗКА"           | 30         | 0,7               |             | 1,4          | 8                             | 0,8           |
|                   |               | СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ         | 150        | 3,9               | 5,7         | 5,8          | 90                            | 3             |
| к/к               | к/к           | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ             | 50         | 10                | 6,2         | 3,4          | 118                           | 5,9           |
|                   |               | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ           | 100        | 2,3               | 4,3         | 12,6         | 98                            | 5,9           |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180        |                   |             | 6,8          | 27                            | 0             |
|                   |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ        | 40         | 1,8               | 0,3         | 19,3         | 83                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>550</b> | <b>18,7</b>       | <b>16,5</b> | <b>49,3</b>  | <b>424</b>                    | <b>15,6</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ            | 150        | 4,3               | 3,7         | 7            | 79                            | 0,8           |
| к/к               | к/к           | ПЕЧЕНЬЕ                     | 20         | 1,5               | 2           | 14,9         | 83                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>170</b> | <b>5,8</b>        | <b>5,7</b>  | <b>21,9</b>  | <b>162</b>                    | <b>0,8</b>    |
| <b>Ужин</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 214           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ           | 60         | 4,5               | 10,2        | 0,9          | 113                           | 0,1           |
| к/к               | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ               | 180        | 0,1               |             | 8            | 32                            | 0             |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ              | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6         | 69                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>270</b> | <b>6,8</b>        | <b>10,4</b> | <b>23,5</b>  | <b>214</b>                    | <b>0,1</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                             |            | <b>41,6</b>       | <b>46,2</b> | <b>153,2</b> | <b>1198</b>                   | <b>20,4</b>   |

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №88"(корпус 1)  
\_\_\_\_\_/Борисова О.В./

## МЕНЮ

22 мая 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  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
|                   |               | КАША "НЕЖНОСТЬ"             | 200        | 5,4               | 6,2         | 26,9         | 186                           | 0,4           |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ     | 40/7       | 3                 | 5,8         | 19,6         | 143                           | 0             |
| 2008              | 433           | КАКАО С МОЛОКОМ             | 200        | 3,2               | 2,6         | 12,7         | 88                            | 0,5           |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>447</b> | <b>11,6</b>       | <b>14,6</b> | <b>59,2</b>  | <b>417</b>                    | <b>0,9</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                | 200        | 1                 | 0,2         | 20,2         | 86                            | 4             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>200</b> | <b>1</b>          | <b>0,2</b>  | <b>20,2</b>  | <b>86</b>                     | <b>4</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
|                   |               | САЛАТ "КУКУРУЗКА"           | 40         | 0,9               | 0,1         | 1,7          | 11                            | 1,1           |
|                   |               | СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ         | 250        | 4,9               | 7,3         | 9,5          | 123                           | 4,8           |
| к/к               | к/к           | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ             | 70         | 13,4              | 5,9         | 4,5          | 137                           | 8,2           |
|                   |               | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ           | 150        | 2,9               | 5,2         | 18,2         | 131                           | 8,7           |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200        |                   |             | 8,7          | 35                            | 0             |
|                   |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ        | 50         | 2,3               | 0,4         | 24,2         | 104                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>760</b> | <b>24,4</b>       | <b>18,9</b> | <b>66,8</b>  | <b>541</b>                    | <b>22,8</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ            | 200        | 5,6               | 4,9         | 9,3          | 105                           | 1             |
| к/к               | к/к           | ПЕЧЕНЬЕ                     | 20         | 1,5               | 2           | 14,9         | 83                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>220</b> | <b>7,1</b>        | <b>6,9</b>  | <b>24,2</b>  | <b>188</b>                    | <b>1</b>      |
| <b>Ужин</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 214           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ           | 110        | 8,2               | 16,2        | 1,5          | 184                           | 0,1           |
| к/к               | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ               | 200        | 0,1               |             | 9            | 36                            | 0             |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ              | 40         | 3                 | 0,2         | 19,5         | 92                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>350</b> | <b>11,3</b>       | <b>16,4</b> | <b>30</b>    | <b>312</b>                    | <b>0,1</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                             |            | <b>55,4</b>       | <b>57</b>   | <b>200,4</b> | <b>1544</b>                   | <b>28,8</b>   |