

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

## МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,6	6,6	18,4	153	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	2,9	2,4	11,1	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>11,9</b>	<b>12,6</b>	<b>44,9</b>	<b>344</b>	<b>1,1</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 "ВИНЕГРЕТ"	40	0,6	1,9	3,3	33	2,5
2008	92	СУП МЯСНОЙ С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	150	3,9	5,8	4,9	88	2,5
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	110	5,3	7,7	7,5	123	21,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>11,6</b>	<b>15,7</b>	<b>40,8</b>	<b>350</b>	<b>26,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	5,2	32,9	195	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>8,7</b>	<b>8,9</b>	<b>39,9</b>	<b>274</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	150	21,7	19,1	20,8	344	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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>24</b>	<b>19,3</b>	<b>41,4</b>	<b>437</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>57</b>	<b>56,7</b>	<b>182,2</b>	<b>1470</b>	<b>31,7</b>

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

\_\_\_\_\_/Борисова О.В./

## МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,7	7,7	26,4	198	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,5	4,4	20,6	145	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>452</b>	<b>14,2</b>	<b>14,5</b>	<b>59,3</b>	<b>426</b>	<b>1,1</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 "ВИНЕГРЕТ"	60	0,9	3	4,8	49	3,8
2008	92	СУП МЯСНОЙ С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	250	5,6	6,5	8,3	115	4,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	130	6,3	8,5	9,8	143	29,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>15,1</b>	<b>18,4</b>	<b>53,9</b>	<b>438</b>	<b>37,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	6,6	44,1	258	0,1
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>11,3</b>	<b>11,5</b>	<b>53,4</b>	<b>363</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	160	17,8	14,2	21,8	287	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>20,9</b>	<b>14,4</b>	<b>48,4</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>62,5</b>	<b>59</b>	<b>235,2</b>	<b>1721</b>	<b>43,8</b>