

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

24 июля 2024 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	5,1	4,6	33,1	195	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/7	3	5,8	19,6	143	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		12,9	52	0
Итого			397	8,2	10,4	65,6	390	0
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,1	7,4	14,6	152	3,8
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	5,7	7	12,8	138	17,3
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	13,1	14,8	60,3	429	21,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	80	6,3	7,3	35,7	233	0,1
Итого			280	11,9	12,2	45	338	1,1
Ужин								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,9	2	5,1	42	2,4
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,6	17,5	2	208	0
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			19,3	77	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			410	14,5	19,7	45,9	419	2,4
Всего				47,7	57,1	216,8	1576	24,6

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

24 июля 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		
Завтрак								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,2	4,4	20,6	135	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/5	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		11,8	48	0
Итого			315	5,5	8,6	47	288	0
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	3,6	6,6	6,7	105	1,5
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	100	4,4	10,4	8,7	147	11,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			470	9,8	17,3	42,5	366	13,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	4,9	6	27,7	183	0,1
Итого			210	9,2	9,7	34,7	262	0,9
Ужин								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	1,9	3,5	34	1,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	4,5	8,4	0,9	97	0,1
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			17,4	70	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			310	7,3	10,5	36,4	270	1,7
Всего				31,8	46,1	160,6	1186	15,8