

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 февраля 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	8,5	18,9	172	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	11,6	83	0,5
Итого			360	12,3	13,9	45,1	356	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								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	4,9	3,4	60	1,6
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	5	9,8	8,2	144	2,3
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	110	5,7	13,4	9,1	179	11,6
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	13,1	28,4	45,8	489	15,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,8	2,4	4,7	52	0,5
		ПИРОГ "ПАНЖАКАЙ"	50	6	4	24,7	159	0,6
Итого			200	8,8	6,4	29,4	211	1,1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	14,7	12,2	4,4	186	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	17	12,4	25	279	0,4
Всего				52	61,3	160,5	1400	21

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 февраля 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,8	8,9	23,6	197	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/12	5,4	3,3	19,5	130	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	9,8	76	0,5
Итого			452	14,4	14,8	52,9	403	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								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1	5	5,4	70	2,6
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	8,6	13,2	16	223	3,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	9,7	16,7	17,3	259	21,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			660	21,6	35,3	69,7	683	27,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ПИРОГ "ПАНЖАКАЙ"	70	7,7	7,7	32,1	227	0,8
Итого			270	13,3	12,6	41,4	332	1,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	16,2	9,6	4,9	171	0,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	19,3	9,8	34,4	303	0,4
Всего				69,6	72,7	218,6	1807	35,1