

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 марта 2025 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	150	4,6	6,2	19,8	154	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			356	9,9	13,9	45	346	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								
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	8	10,5	6	254	3,2
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	100	8,7	11,8	6,6	149	19,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			440	18,5	22,6	37,7	509	23
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	470	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	4,9	5	27,7	174	0,1
Итого			210	9,2	8,7	34,7	253	0,9
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	9,6	8,3	3,3	146	0,1
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	11,9	8,5	23,9	239	0,1
Всего				50,3	53,9	156,5	1412	28

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	200	6	7,5	29,8	211	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
Итого			448	12,2	16,7	61,1	445	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								
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	250	5,3	8,3	10	273	4,8
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	5,8	8,1	8,9	234	25,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	13,4	16,8	49,9	638	29,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	80	6,3	5,3	35,7	215	0,1
Итого			280	11,9	10,2	45	320	1,1
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	180	12,7	9,7	4,5	226	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
Итого			420	15,8	9,9	31,1	347	0,2
Всего				54,3	53,8	207,3	1836	36,2