

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

27 мая 2024 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								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	150	1,8	3,4	14,8	97	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
Итого			366	4,1	8,5	36,4	238	0
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								
		УХА	150	3,3	4,1	6,7	77	3,3
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	10,2	11,7	12,8	198	17,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	15,3	16,1	46,6	389	20,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30/8	3,8	5,3	14,9	124	0
Итого			188	8,1	9	21,9	203	0,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	16,4	11,2	6,4	192	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	13,1	86	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			350	21,5	13,8	34,1	347	0,9
Всего				49,8	47,6	154,2	1242	25,5

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

27 мая 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		
Завтрак								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	200	2,5	4,3	20,1	128	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого			448	5,6	10,9	48,7	314	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		УХА	250	5,5	5,3	10,7	113	5,3
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	13,4	14,4	17,5	254	23,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	21,2	20,1	61,1	506	28,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40/10	4,9	7	20	163	0
Итого			250	10,5	11,9	29,3	268	1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	17,5	12,6	6,6	209	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	23,5	15,2	40,3	392	0,9
Всего				61,8	58,3	199,6	1566	34,6