

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	8,2	18,5	163	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	13,1	86	0,5
Итого			356	9,1	16,5	47	373	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								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	3,8	6,7	8,3	114	2,2
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	4,3	10,2	9,6	148	9,9
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	8	9,9	4,4	140	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			540	17,9	27,1	48,4	512	12,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			190	7,3	7,6	36,8	246	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	10	7,6	11,2	155	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	12,3	7,8	30,9	245	0,1
Всего				47,4	59,2	178,3	1441	17,8

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	7	22	166	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	20,5	156	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,4	1,9	13,2	80	0,4
Итого			397	9	15,9	55,7	402	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,1	86	4
Итого			200	1	0,2	20,1	86	4
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,2	7,5	14,6	183	4,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	5,6	11,8	15,2	190	13,9
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	9,4	14,5	6,7	194	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			770	22,5	34,2	68,5	702	19,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	180	12,1	9,6	13,7	191	0,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
Итого			420	15,2	9,8	39,3	308	0,1
Всего				57,1	69,9	230,1	1812	25,5