

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"
/Борисова О.В./**МЕНЮ**
29 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	4,2	14,8	114	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			356	9,2	11,7	40,5	306	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	3,7	6,7	6,7	106	1,4
		РАГУ ОВОЩНОЕ	110	1,8	8,2	8,7	116	11,6
		ТЕФТЕЛЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,5	9,4	7,8	150	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	15,8	24,6	50,3	486	13,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			200	8,1	8,6	44,2	288	0,8
Ужин								
		САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	40	0,8	1,1	1,9	20	1,1
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	8,4	2,9	0,5	62	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			310	11,5	4,2	25	183	1,4
Всего				45,4	49,3	175,2	1328	19,6

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

29 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	5,8	18,6	146	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			448	10,5	14,8	52,4	387	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								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,2	7,5	14,6	153	3,7
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	130	2,3	9,1	11,3	136	15
		ТЕФТЕЛЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,1	9,1	5,7	140	0,4
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	18,9	26,1	64,5	568	19,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
		САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	60	1,3	2	2,8	35	1,8
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	11,1	3,3	0,6	77	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			380	15,5	5,5	31,9	240	2,2
Всего				55,3	56,4	215,5	1595	27,3