

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 июля 2024 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	27,9	203	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	20,7	157	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			447	12	16,9	60,9	443	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	2,9	5	51	8,5
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	7,4	8,5	9,5	144	4,9
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,4	5,5	24,6	169	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14	9,3	6,4	178	8,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			760	30	26,6	77,5	677	22,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			220	7,1	6,9	24,2	188	1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	120	13,5	6,9	5,6	139	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			360	16,6	7,1	33,2	263	0,3
Всего				65,7	57,5	195,8	1571	24,6

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 июля 2024 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	17,8	146	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			355	9,8	13,6	44,3	341	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	1,9	3,4	34	5,8
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,3	6,1	5,8	95	3
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,3	4,3	19,2	133	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,1	8,3	4	140	6,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			570	21,1	20,9	58,5	512	15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			170	5,8	5,7	21,9	162	0,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	110	12,1	6,2	4,6	123	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			320	14,4	6,4	26,2	220	0,3
Всего				51,1	46,6	150,9	1235	17,1