

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 января 2025 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 "ДРУЖБА"	150	4,4	7,6	20,1	167	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	9,7	75	0,5
Итого			356	9,7	15,3	44,4	355	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 ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,8	5,3	8,7	102	2,8
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,4	2,8	19,8	122	0
		РЫБА ПО-ПОЛЬСКИ	70	6,7	4,8	3,6	85	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			540	17,7	13,2	56,3	411	3,9
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 СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	160/40	13,8	11,5	10,6	211	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,9	2,4	9,2	71	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			410	18,9	14,1	34,4	351	0,7
Всего				54,4	50,4	187,1	1428	9,4

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 января 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 "ДРУЖБА"	150	5	8,4	24,3	194	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	8,8	72	0,5
Итого			398	11,2	17,6	52,7	416	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 ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,4	6,7	16	158	4,6
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	5,5	24,6	179	0
		РЫБА ПО-ПОЛЬСКИ	90	6,2	6	4,6	97	1,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,3	24	103	0
Итого			670	22,2	18,5	77	568	6
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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	180/40	16,1	14	13,9	257	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	10,4	76	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	22,1	16,6	43,8	425	0,7
Всего				65,9	62,7	240,2	1809	12,7