

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"
/Борисова О.В./**МЕНЮ**
30 июня 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 | 183 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 2,03 | 1,89 | 24,24 | 122,05 | 0,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ | 30/6 | 2,25 | 4,19 | 14,64 | 105,20 | 0,00 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 170 | 0,11 | 0,00 | 5,06 | 20,66 | 0,02 |
| Итого | | | 356 | 4,39 | 6,08 | 43,94 | 247,91 | 0,02 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,50 | 3,00 |
| Итого | | | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,50 | 3,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 150 | 4,56 | 4,75 | 11,51 | 207,14 | 3,46 |
| | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 100 | 4,62 | 4,32 | 5,68 | 181,25 | 19,60 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 | 0,00 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,82 | 0,27 | 19,32 | 83,03 | 0,00 |
| Итого | | | 440 | 11,00 | 9,34 | 41,35 | 490,77 | 23,06 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,22 | 3,64 | 6,98 | 78,57 | 0,78 |
| | | ШТОЛИ | 60 | 4,23 | 4,82 | 24,22 | 157,14 | 0,10 |
| Итого | | | 210 | 8,45 | 8,46 | 31,20 | 235,71 | 0,88 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 160 | 5,40 | 8,40 | 0,99 | 251,10 | 0,08 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 3,09 | 2,60 | 9,62 | 75,05 | 0,52 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,22 | 0,18 | 14,60 | 68,92 | 0,00 |
| Итого | | | 360 | 10,71 | 11,18 | 25,21 | 395,07 | 0,60 |
| Всего | | | | 35,30 | 35,21 | 156,85 | 1 433,96 | 27,56 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 июня 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 | 183 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 200 | 3,39 | 2,90 | 39,42 | 197,14 | 0,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ | 40/8 | 2,99 | 5,04 | 19,52 | 135,42 | 0,00 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 6,05 | 24,67 | 0,02 |
| Итого | | | 448 | 6,50 | 7,94 | 64,99 | 357,23 | 0,02 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,00 | 4,00 |
| Итого | | | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,00 | 4,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 85 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 250 | 6,27 | 6,55 | 18,64 | 258,82 | 6,33 |
| | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 150 | 5,72 | 5,77 | 7,37 | 255,92 | 25,08 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 | 0,00 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,28 | 0,34 | 24,15 | 103,79 | 0,00 |
| Итого | | | 650 | 14,27 | 12,66 | 55,97 | 641,75 | 31,41 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,63 | 4,85 | 9,31 | 104,76 | 1,04 |
| | | ШТОЛИ | 80 | 5,79 | 5,21 | 33,58 | 254,31 | 0,13 |
| Итого | | | 280 | 11,42 | 10,06 | 42,89 | 359,07 | 1,17 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 160 | 8,02 | 12,54 | 1,36 | 250,37 | 0,10 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,08 | 2,57 | 10,47 | 78,15 | 0,50 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,13 | 0,17 | 14,01 | 66,12 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 13,23 | 15,28 | 25,84 | 394,64 | 0,60 |
| Всего | | | | 46,42 | 46,14 | 209,89 | 1 838,69 | 37,20 |