

Утверждаю

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

## МЕНЮ

30 июля 2024 г.

### Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,6	5,8	18,4	146	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	3,9	2,9	15,4	104	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>11,4</b>	<b>11,1</b>	<b>44,9</b>	<b>329</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,7	71	15
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>71</b>	<b>15</b>
<b>Обед</b>								
		УХА СО СМЕТАНОЙ	150	3,5	7,4	7	113	3,3
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	100	4,3	9,5	8,7	140	11,7
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	8,5	36	0,7
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>9,7</b>	<b>17,3</b>	<b>43,5</b>	<b>372</b>	<b>15,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	24,2	108	0
<b>Итого</b>			<b>195</b>	<b>6,6</b>	<b>3,9</b>	<b>31,2</b>	<b>187</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ И С СМЕТАННО-МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100/30	15,6	15,9	15,3	272	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>17,9</b>	<b>16,1</b>	<b>36,9</b>	<b>369</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>46,2</b>	<b>49</b>	<b>171,2</b>	<b>1328</b>	<b>32,9</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
30 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6	7,9	26,7	202	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	6,1	4,2	28,4	177	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>15,1</b>	<b>14,5</b>	<b>67,4</b>	<b>462</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,7	71	15
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>71</b>	<b>15</b>
<b>Обед</b>								
		УХА СО СМЕТАНОЙ	250	5,8	8,8	11,1	152	5,3
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	5,7	10,2	12,9	167	17,3
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	10,3	43	1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>13,9</b>	<b>19,5</b>	<b>58,5</b>	<b>466</b>	<b>23,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/20	3,1	0,2	36,5	160	0
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>8,7</b>	<b>5,1</b>	<b>45,8</b>	<b>265</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ И С СМЕТАННО-МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/40	19,2	19,6	24,8	355	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>22,3</b>	<b>19,8</b>	<b>52,4</b>	<b>479</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>60,6</b>	<b>59,5</b>	<b>238,8</b>	<b>1743</b>	<b>41,1</b>