

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

30 сентября 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								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,2	2,8	20,6	120	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
Итого			366	5,5	7	44,1	261	0
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								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	4,4	7,6	8,9	126	9,4
2008	311	ПЛОВ	150	4,2	6,4	15,5	137	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	10,4	14,3	50,5	373	10
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30/10	3,8	4,5	14,9	117	0
Итого			190	8,1	8,2	21,9	196	0,8
Ужин								
2012	449	ОЛАДЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	6	9,4	31,2	233	0,2
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	14,5	95	0,5
Итого			330	9,1	12	45,7	328	0,7
Всего				33,9	41,7	177,4	1223	14,5

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 сентября 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								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	5,1	3,8	32,8	186	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого			408	8,2	9,6	61,4	365	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	5,7	9,9	12	166	13,6
2008	311	ПЛОВ	200	6,7	7,2	37,5	242	0,7
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	14,7	17,5	82,4	547	14,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40/12	4,9	5,4	20	148	0
Итого			252	10,5	10,3	29,3	253	1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	6,2	10,4	31,9	246	0,2
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	14,6	95	0,5
Итого			350	9,4	13	46,5	341	0,7
Всего				43,8	50,6	239,8	1592	20