

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
31 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	7,5	19,5	164	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	10,6	72	0,4
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>9,3</b>	<b>14,7</b>	<b>44,7</b>	<b>349</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	4,4	6,6	9,1	168	9,4
2008	311	ПЛОВ	150	4,2	9,3	15,5	213	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>10,4</b>	<b>16,2</b>	<b>51,7</b>	<b>495</b>	<b>10</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30/10	4,2	3,5	14,9	108	0
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>8,5</b>	<b>7,2</b>	<b>21,9</b>	<b>187</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	6	9,9	1,3	218	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,3	1,9	12,1	76	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>10,5</b>	<b>12</b>	<b>28</b>	<b>363</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>39,5</b>	<b>50,3</b>	<b>161,5</b>	<b>1459</b>	<b>15,2</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
31 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,7	7,8	23,9	184	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	11,7	77	0,4
<b>Итого</b>			<b>448</b>	<b>10,3</b>	<b>16,5</b>	<b>55,2</b>	<b>411</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	8,2	10,3	13,5	214	16,6
2008	311	ПЛОВ	200	8,8	13,3	29,9	276	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>19,3</b>	<b>24</b>	<b>77,3</b>	<b>633</b>	<b>17,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40/12	4,9	3,8	20	134	0
<b>Итого</b>			<b>252</b>	<b>10,5</b>	<b>8,7</b>	<b>29,3</b>	<b>239</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,4	12,8	1,8	256	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,4	1,9	14,2	104	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,2	16,2	76	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>13,2</b>	<b>14,9</b>	<b>32,2</b>	<b>436</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>54,3</b>	<b>64,3</b>	<b>214,2</b>	<b>1805</b>	<b>23,8</b>