

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 июля 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	150	4,6	6,2	17,8	146	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			355	10	13,8	43,8	341	1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	1,9	3,4	34	5,8
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	3,9	5,7	5,8	90	3
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,3	4,3	19,2	133	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,1	8,3	4	140	6,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			570	20,7	20,5	58,5	507	15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	1,8	13,6	76	0
Итого			170	5,7	5,5	20,6	155	0,8
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5	9,8	1,6	114	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			310	7,3	10	23,2	211	0,2
Всего				43,7	49,8	146,1	1214	17

Утверждаю

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

МЕНЮ
31 июля 2024 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	200	5,2	7,2	22	174	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	1,7	6,5	12,1	113	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
Итого			447	10,1	16,3	45,8	371	1,0
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,6	2,9	4,5	47	6,3
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	4,6	6,3	7,2	104	3,6
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,4	5,5	24,6	169	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,2	9,5	6,4	180	8,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,6	0,3	17,6	76	0
Итого			760	26,4	24,5	68,1	607	18,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1,0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	1,8	13,6	76	0
Итого			220	7	6,7	22,9	181	1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,6	17,5	2	208	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,9	0,2	13	61	0
Итого			410	12,6	17,7	23	301	0
Всего				56,1	65,2	159,8	1460	20,7