

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

6 июня 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150 | 5 | 7,6 | 18,9 | 165 | 0,5 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ | 30/6 | 2,2 | 5,1 | 14,6 | 113 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 170 | 2,9 | 2,4 | 12,1 | 83 | 0,5 |
| Итого | | | 356 | 10,1 | 15,1 | 45,6 | 361 | 1 |
| 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 | | | | | | | | |
| | | ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б | 150 | 4,3 | 7,6 | 8,9 | 126 | 9,8 |
| | | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 4,2 | 5,6 | 15,4 | 129 | 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 | 10,3 | 13,5 | 50,4 | 365 | 10,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ | 30/15 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| Итого | | | 195 | 6,5 | 3,9 | 21,6 | 148 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 231 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 150 | 20,6 | 14,2 | 11,8 | 262 | 0,2 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 8 | 32 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| Итого | | | 360 | 22,9 | 14,4 | 34,4 | 363 | 0,2 |
| Всего | | | | 50,6 | 47,1 | 167,2 | 1302 | 15,4 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 июня 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200 | 5,8 | 8 | 23,6 | 190 | 0,5 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ | 40/8 | 3 | 6,6 | 19,6 | 150 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3 | 2,4 | 13,3 | 87 | 0,5 |
| Итого | | | 448 | 11,8 | 17 | 56,5 | 427 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б | 250 | 5,8 | 9,5 | 13,5 | 168 | 15,7 |
| | | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 6,7 | 7,2 | 37,4 | 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 | 14,8 | 17,1 | 83,8 | 549 | 16,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ | 40/20 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| Итого | | | 260 | 8,6 | 5,1 | 28,8 | 197 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 231 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 160 | 22,1 | 15,2 | 12,6 | 279 | 0,2 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9 | 36 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| Итого | | | 400 | 25,2 | 15,4 | 41,1 | 407 | 0,2 |
| Всего | | | | 61,4 | 54,8 | 230,4 | 1666 | 22,6 |