

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

7 июня 2024 г.

Ясли 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	3,9	5	17,4	131	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			360	11,2	11	43,9	322	1,1
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								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,4	5,4	12,1	115	4
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	5	7,6	18,7	163	9,5
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	11,2	13,3	56,9	388	13,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	4,9	6,8	27,7	190	0,1
Итого			210	9,2	10,5	34,7	269	0,9
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,7	23,8	3	272	0,3
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			400	14	24	24,6	369	0,3
Всего				46,4	59	175,3	1413	18,8

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,2	5,8	22	158	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,5	4,4	20,6	145	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			452	12,7	12,6	54,9	386	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,5	5,9	16,8	143	4,9
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	6	7,3	23,3	184	11,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	13,8	13,6	72,1	462	16,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	6,2	8	35,5	237	0,1
Итого			280	11,8	12,9	44,8	342	1,1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,4	25,4	2,9	302	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	18,5	25,6	30,5	426	0
Всего				57,8	64,9	222,5	1702	22,9