

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 октября 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,8	4,1	18,8	133	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,5	2,1	9,6	69	0,4
Итого			346	9,5	11,3	43	315	0,8
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 СО СМЕТАНОЙ	150	3,8	7,1	9,6	125	3,6
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	4,1	15	106	7,2
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	10,7	2,8	139	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	15,6	22,2	51,6	472	11,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			190	7,3	7,6	36,8	246	0,8
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	9,6	9,9	48,3	321	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	11,9	10,1	68	411	0,2
Всего				45,1	51,4	214,6	1509	16,4

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 октября 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	5,8	5,2	23	163	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	10,7	73	0,4
Итого			408	11,4	13,9	53,3	386	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,3	86	4
Итого			200	1	0,2	20,3	86	4
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ	180	6,6	9,6	19,6	199	6,1
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,8	4,6	25,2	157	12,2
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,6	13	6,4	185	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			610	23,3	27,6	83,2	676	19,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160	11,3	10,8	59,5	380	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	14,4	11	88	508	0,3
Всего				59,5	62,5	291,3	1970	25,3