

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 октября 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	150	4	5,7	17,8	139	0,4
		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
Итого			356	8,7	12,9	43	324	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								
		САЛАТ "СВЕТОФОР"	30	1,2	1,3	5,5	39	4
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	3,9	6,7	5,8	99	3
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	110	4,8	5,5	6,7	98	19,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			480	11,7	13,8	44,1	346	26,6
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	4,4	5,6	32,9	199	0,1
Итого			230	4,5	5,6	38,9	223	0,1
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	9,6	7,5	3,3	119	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,3	1,9	11,1	72	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			370	14,1	9,6	29	260	0,5
Всего				39,8	42,1	170,2	1218	31

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	160	5,4	7,9	28,8	208	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
Итого			408	11,6	16,3	61,1	439	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		САЛАТ "СВЕТОФОР"	50	1,7	2,3	7,6	59	7,7
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,9	6,3	9,5	115	4,8
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	5,9	2,8	9,1	87	25,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			590	14,8	11,8	58,2	396	38,3
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	0
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	5,9	3,8	41,8	225	0,2
Итого			250	6	3,8	46,9	246	0,2
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	180	12,7	8,9	4,6	150	0,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2	1,6	11,6	68	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			420	17,7	10,7	35,7	310	0,6
Всего				51,1	42,8	222,1	1477	44