

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

10 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2088	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	7,6	18,9	165	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/10	3,8	2,2	14,6	95	0
2088	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			360	11,7	12,2	44,6	339	1
II Завтрак								
2088	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
2088		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	150	5	7,2	8,6	122	9,5
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,6	4,2	16,5	118	0
2088	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	12,9	4,5	1,9	116	9,6
2088	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			580	23,5	16,2	52,6	466	20,6
Полдник								
2088	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	24,2	108	0
Итого			195	6,6	3,9	31,2	187	0,8
Ужин								
		ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	5,8	7,2	28,8	203	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
Итого			340	5,9	7,2	35,8	231	0,2
Всего				48,5	39,7	179,4	1288	25,6

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	5,8	8	23,6	190	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/12	4,2	2,8	14,6	101	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			402	13	13,2	50,5	374	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			200	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2012	72	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	200	7,4	9,5	19,6	196	18,7
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	5,5	24,6	169	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	15	5	2,7	134	11
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			720	30,5	20,5	78,8	637	32,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/20	2,3	0,2	27,4	120	0
Итого			250	7,9	5,1	36,7	225	1
Ужин								
		ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	5,7	6,6	28,5	196	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
Итого			350	5,8	6,6	36,6	228	0,2
Всего				58	45,6	217,8	1529	37,4