

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 ноября 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 324 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 4,7 | 6,1 | 18,7 | 150 | 0,5 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/6 | 2,3 | 4,9 | 15,4 | 115 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 3,1 | 2,6 | 10,6 | 79 | 0,5 |
| Итого | | | 356 | 10,1 | 13,6 | 44,7 | 344 | 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 | | | | | | | | |
| | | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 30 | 1,2 | 2 | 6,8 | 50 | 3,2 |
| | | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 150 | 5,4 | 6,7 | 11,6 | 128 | 3,3 |
| | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 110 | 4,8 | 5,5 | 6,7 | 98 | 19,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,8 | 0,3 | 19,3 | 83 | 0 |
| Итого | | | 480 | 13,2 | 14,5 | 50,2 | 382 | 26,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 50 | 4,9 | 6,6 | 27,7 | 189 | 0,1 |
| Итого | | | 200 | 9,2 | 10,3 | 34,7 | 268 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 150/40 | 16,4 | 15,4 | 11,7 | 253 | 0,3 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 6 | 24 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| Итого | | | 400 | 18,7 | 15,6 | 32,3 | 346 | 0,3 |
| Всего | | | | 52 | 54,2 | 177,1 | 1405 | 31,3 |

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 ноября 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 | 324 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 7,2 | 6,6 | 35 | 229 | 0,5 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/8 | 3,2 | 6,8 | 21,7 | 161 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,3 | 2,7 | 11,9 | 86 | 0,6 |
| Итого | | | 398 | 13,7 | 16,1 | 68,6 | 476 | 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 | | | | | | | | |
| | | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 50 | 1,2 | 2 | 6,8 | 50 | 3,2 |
| 2012 | 85 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 200 | 7,2 | 8,8 | 18,8 | 183 | 5,8 |
| | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 130 | 5,4 | 6,3 | 9,1 | 117 | 25,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,3 | 0,4 | 24,2 | 104 | 0 |
| Итого | | | 630 | 16,1 | 17,5 | 65,7 | 481 | 34,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 70 | 6,6 | 7,1 | 35,1 | 230 | 0,2 |
| Итого | | | 270 | 12,2 | 12 | 44,4 | 335 | 1,2 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 180/40 | 19,3 | 17,7 | 14,4 | 297 | 0,3 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7,1 | 29 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| Итого | | | 460 | 22,4 | 17,9 | 41 | 418 | 0,3 |
| Всего | | | | 65,4 | 63,7 | 239,9 | 1796 | 41,3 |