

Утверждаю

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

## МЕНЮ

17 января 2025 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	9,5	18,7	181	0,5
2008	3	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>10,4</b>	<b>12,8</b>	<b>46,2</b>	<b>343</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	4,6	6,7	11,2	127	7,9
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	10	15,1	11,1	222	22,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>16,4</b>	<b>22,1</b>	<b>48,4</b>	<b>459</b>	<b>30,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,9	6,9	23,8	184	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>11,2</b>	<b>10,6</b>	<b>30,8</b>	<b>263</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	13,3	1,3	149	0,1
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	12,6	87	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,3</b>	<b>16,1</b>	<b>28,5</b>	<b>305</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>50,1</b>	<b>61,8</b>	<b>169,1</b>	<b>1435</b>	<b>35,7</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

17 января 2025 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	6,4	9,8	24,2	211	0,5
2008	3	БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,3	14	89	0,5
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,3</b>	<b>13,3</b>	<b>58,8</b>	<b>405</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	8,5	10,9	14,3	197	12,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	12,8	17,1	16,1	271	25,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,4	25,3	109	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>23,7</b>	<b>28,4</b>	<b>64,4</b>	<b>612</b>	<b>37,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,8	6,7	31	223	0,1
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>15,4</b>	<b>11,6</b>	<b>40,3</b>	<b>328</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,4	17,3	1,8	195	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	12,4	85	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,3	20	94	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>14,4</b>	<b>20,1</b>	<b>34,2</b>	<b>374</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>66,8</b>	<b>73,6</b>	<b>217,9</b>	<b>1805</b>	<b>44,7</b>