

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 ноября 2024 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 4,1 | 7,8 | 18,2 | 161 | 0,4 |
| 2012 | | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ | 30/10 | 4 | 3 | 15,4 | 105 | 0,1 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 170 | 2,3 | 1,9 | 10,1 | 68 | 0,4 |
| Итого | | | 360 | 10,4 | 12,7 | 43,7 | 334 | 0,9 |
| 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 | | | | | | | | |
| | | СУП С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ | 150 | 3,9 | 5,8 | 4,9 | 88 | 2,5 |
| | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 110 | 4,7 | 7,9 | 6,6 | 118 | 19,1 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,8 | 0,3 | 19,3 | 83 | 0 |
| Итого | | | 450 | 10,4 | 14 | 36,6 | 312 | 21,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| | | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 4,5 | 4,3 | 33,1 | 189 | 0,1 |
| Итого | | | 200 | 8,8 | 8 | 40,1 | 268 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ | 100/15 | 10,7 | 18,8 | 16,8 | 281 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 2,5 | 2,1 | 8,7 | 65 | 0,4 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| Итого | | | 315 | 15,4 | 21,1 | 40,1 | 415 | 0,4 |
| Всего | | | | 45,8 | 56 | 175,7 | 1394 | 26,8 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 ноября 2024 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,1 | 7,9 | 25,5 | 195 | 0,4 |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ | 40/12 | 5 | 3,8 | 19,7 | 134 | 0,1 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,4 | 1,9 | 11,3 | 73 | 0,4 |
| Итого | | | 452 | 12,5 | 13,6 | 56,5 | 402 | 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 | | | | | | | | |
| | | СУП С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ | 200 | 5,4 | 7,7 | 10 | 131 | 5 |
| | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 150 | 5,6 | 9,2 | 8,1 | 140 | 22,2 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1,6 | 0,3 | 17,8 | 76 | 0 |
| Итого | | | 600 | 12,6 | 17,2 | 42,7 | 374 | 27,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| | | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 70 | 9,8 | 6,2 | 31 | 218 | 0,1 |
| Итого | | | 270 | 15,4 | 11,1 | 40,3 | 323 | 1,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ | 130/20 | 16,6 | 28,7 | 23,6 | 421 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 2,6 | 2,1 | 8,8 | 66 | 0,4 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| Итого | | | 390 | 22,2 | 31 | 51,9 | 579 | 0,4 |
| Всего | | | | 63,7 | 73,1 | 211,6 | 1764 | 33,6 |