

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 ноября 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	6	18,9	150	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			356	10,3	12,8	44,1	334	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								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,6	8,8	12,4	150	4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	9,6	13,4	10,2	201	18,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			470	16	22,5	47,7	457	22,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПИРОГ С КАРТОШКОЙ	60	4,9	8,5	26,7	203	2,6
Итого			210	9,2	12,2	33,7	282	3,4
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	9,7	1,3	117	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	14	90	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			350	11,1	12,3	29,9	276	0,6
Всего				47,4	60	170,6	1414	30,4

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	5,8	6,4	23,6	175	0,5
		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	11,7	84	0,5
Итого			408	12	14,8	54,9	402	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								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,7	11,5	17,3	207	5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,1	15,7	14,4	248	24,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,3	105	0
Итого			580	21,1	27,6	62,8	587	29,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ПИРОГ С КАРТОШКОЙ	80	5,6	12,2	34	267	3
Итого			280	11,2	17,1	43,3	372	4
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	19,4	1,5	213	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	10,4	76	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,2	16	76	0
Итого			400	13,5	22	27,9	365	0,6
Всего				58,8	81,7	209,1	1812	39,1