

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 сентября 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	150	4,6	7	17,8	153	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	10,6	72	0,4
Итого			356	9,3	13,3	43	330	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								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	1,2	1,1	6,8	41	3,2
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	4,1	9,1	6,1	126	3
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С КУРИЦЕЙ	150	5,4	5,9	22,1	165	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			550	12,5	16,4	61,1	442	17,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	1,3	1,8	13,4	75	0
Итого			190	5,6	5,5	20,4	154	0,8
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,6	3	3,3	78	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,3	1,9	11,1	72	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			260	14,1	5,1	29	219	0,5
Всего				42,3	40,5	168,7	1210	22,6

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 сентября 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								
		КАША "НЕЖНОСТЬ" НА МОЛОКЕ	200	5,4	7	27,9	197	0,4
		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	12,7	88	0,5
Итого			448	11,6	15,4	60,2	428	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								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	2,3	2,2	13,7	83	6,4
		СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	6,3	9,5	115	4,8
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	6,2	6,5	25	184	12,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			710	15,7	15,4	80,2	517	23,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,4	106	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	1,3	1,8	13,4	75	0
Итого			250	7	6,7	22,8	181	1
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	12,7	5	4,6	115	0,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,3	10,9	61	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			320	17,4	6,5	35	268	0,6
Всего				52,7	44,2	218,4	1480	30,3