

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,8	18,4	142	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	13,1	86	0,5
Итого			356	9	13,3	46,1	341	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								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	5,8	10,5	8,3	154	2,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,2	19,1	10,3	263	18,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,2	0,2	12,1	52	0
Итого			490	19,2	29,8	37,5	496	20,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			190	7,3	7,6	36,8	246	0,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	11	8	4,4	132	0,3
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	11,6	83	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,6	55	0
Итого			350	15,8	10,7	27,6	270	0,8
Всего				52,1	61,6	163,2	1418	26,4

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

27 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	7,5	23	176	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,5	14,4	94	0,6
Итого			398	10,4	15,8	57	413	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								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	8,5	13,2	14,5	216	3,9
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	15,3	22,8	15,1	329	25,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,3	0,2	13,8	59	0
Итого			580	25,1	36,2	53,1	643	29,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	15,7	9,8	5,3	172	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	13,6	91	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	21,9	12,6	38,4	355	0,9
Всего				67,8	74,6	215,2	1811	36,6