

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 октября 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								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	5,8	21,5	157	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			366	7	10,8	42,9	297	0,5
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 "СВЕТОФОР"	30	1,2	1,3	5,5	39	4
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	4,3	7,6	9	126	9
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	5,4	8,8	22,3	192	11,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			500	12,7	18	61,9	463	24,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ШТОЛИ С ИЗЮМОМ	50	4,4	4,8	26,7	168	0,1
Итого			200	8,7	8,5	33,7	247	0,9
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	9,3	5,9	3,3	103	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	10,6	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	14,6	8,7	28,5	251	0,6
Всего				43,8	46,2	182,2	1323	29,3

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 октября 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								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	160	5,3	5,1	24,8	166	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7	20,7	157	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			408	8,4	12,1	52,6	352	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		САЛАТ "СВЕТОФОР"	50	1,8	2,3	8,1	62	7,7
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	6	9,6	13,2	169	16,3
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	6,8	15,7	28,6	283	14,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			630	16,9	28	80,9	645	38,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ШТОЛИ С ИЗЮМОМ	70	5,9	7,2	37,7	239	0,1
Итого			270	11,5	12,1	47	344	1,1
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	180	12,7	7,1	4,5	133	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			420	18,9	9,9	36,7	313	0,7
Всего				56,7	62,3	237,4	1740	44,7