

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 октября 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 ВЯЗКАЯ	150	4	6,1	18,4	147	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	3,8	2,9	14,9	102	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			350	10,7	11,4	44,4	328	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 ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	5,4	6,3	10	119	3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	9,4	10,2	9,5	169	17,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			470	16,6	16,8	45,6	398	20,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			190	5,8	5,7	21,9	162	0,8
Ужин								
		ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	8,9	11,2	15	197	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	11,2	11,4	35,6	290	0,1
Всего				45,1	45,5	162,7	1243	25,6

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 октября 2024 г.

Сад 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 ВЯЗКАЯ	150	5,7	6	26,4	183	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,1	3,9	20,6	138	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			402	13,8	12,3	61,2	412	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,4	87	4
Итого			200	1	0,2	20,4	87	4
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	7,8	8	16,6	170	4,8
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	11,9	13,1	16,4	232	29,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,3	24,1	103	0
Итого			580	21,9	21,4	64,9	536	34,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			220	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
		ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	13,9	17,2	21,3	296	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	17	17,4	47,9	417	0,1
Всего				63,1	61,1	240,9	1766	40,4