

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

3 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                 | Выход      | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|------------------|--|------------|-------------------|-------------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                  |  |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| <b>Завтрак</b>                |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
|                               |                  | КАША "ДРУЖБА"                                      | 150        | 4,5               | 5,9         | 19,7             | 151                                      | 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         | 9,7              | 75                                       | 0,5                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>356</b> | <b>9,8</b>        | <b>12,7</b> | <b>44</b>        | <b>331</b>                               | <b>1</b>              |
| <b>II Завтрак</b>             |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                       | 150        | 0,8               | 0,2         | 15,2             | 65                                       | 3                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>150</b> | <b>0,8</b>        | <b>0,2</b>  | <b>15,2</b>      | <b>65</b>                                | <b>3</b>              |
| <b>Обед</b>                   |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
|                               |                  | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ                                   | 40         | 0,5               | 2,9         | 3,6              | 43                                       | 4                     |
|                               |                  | СУП ГОРОХОВЫЙ                                      | 150        | 5,4               | 4,3         | 9,9              | 102                                      | 3                     |
|                               |                  | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>КУРИЦЕЙ                | 150        | 5,8               | 9           | 21,6             | 192                                      | 11                    |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                        | 180        |                   |             | 4,9              | 19                                       | 0                     |
|                               |                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40         | 1,8               | 0,3         | 19,3             | 83                                       | 0                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>560</b> | <b>13,5</b>       | <b>16,5</b> | <b>59,3</b>      | <b>439</b>                               | <b>18</b>             |
| <b>Полдник</b>                |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
| 2008                          | 434              | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                   | 150        | 4,3               | 3,7         | 7                | 79                                       | 0,8                   |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ                          | 30/15      | 2,3               | 0,2         | 24,2             | 108                                      | 0                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>195</b> | <b>6,6</b>        | <b>3,9</b>  | <b>31,2</b>      | <b>187</b>                               | <b>0,8</b>            |
| <b>Ужин</b>                   |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
|                               |                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО<br>СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 150        | 14,8              | 14,1        | 15,5             | 255                                      | 0,3                   |
| 2012                          | 395              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                         | 170        | 2,6               | 2,2         | 14,5             | 89                                       | 0,5                   |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6             | 69                                       | 0                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>350</b> | <b>19,6</b>       | <b>16,5</b> | <b>44,6</b>      | <b>413</b>                               | <b>0,8</b>            |
| <b>Всего</b>                  |                  |  |            | <b>50,3</b>       | <b>49,8</b> | <b>194,3</b>     | <b>1435</b>                              | <b>23,6</b>           |

Утверждаю

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

## МЕНЮ

3 октября 2024 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                 | Выход      | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|------------------|--|------------|-------------------|-------------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                  |  |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| <b>Завтрак</b>                |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
|                               |                  | КАША "ДРУЖБА"                                      | 200        | 5,1               | 6           | 25               | 176                                      | 0,5                   |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ                            | 40/8       | 2,2               | 5,8         | 14,7             | 120                                      | 0                     |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                                    | 200        | 3,2               | 2,6         | 10,7             | 80                                       | 0,5                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>448</b> | <b>10,5</b>       | <b>14,4</b> | <b>50,4</b>      | <b>376</b>                               | <b>1</b>              |
| <b>II Завтрак</b>             |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                       | 200        | 1                 | 0,2         | 20,2             | 86                                       | 4                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>200</b> | <b>1</b>          | <b>0,2</b>  | <b>20,2</b>      | <b>86</b>                                | <b>4</b>              |
| <b>Обед</b>                   |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
|                               |                  | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ                                   | 60         | 0,7               | 2,9         | 4,1              | 46                                       | 6                     |
|                               |                  | СУП ГОРОХОВЫЙ                                      | 200        | 7,7               | 5           | 16,5             | 144                                      | 4,8                   |
|                               |                  | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>КУРИЦЕЙ                | 200        | 7                 | 10,9        | 26,7             | 234                                      | 13,6                  |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                        | 200        |                   |             | 5,8              | 23                                       | 0                     |
|                               |                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                               | 50         | 1,7               | 0,3         | 18,2             | 79                                       | 0                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>710</b> | <b>17,1</b>       | <b>19,1</b> | <b>71,3</b>      | <b>526</b>                               | <b>24,4</b>           |
| <b>Полдник</b>                |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
| 2008                          | 434              | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                   | 200        | 5,6               | 4,9         | 9,3              | 105                                      | 1                     |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ                          | 30/20      | 2,3               | 0,2         | 27,4             | 120                                      | 0                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>250</b> | <b>7,9</b>        | <b>5,1</b>  | <b>36,7</b>      | <b>225</b>                               | <b>1</b>              |
| <b>Ужин</b>                   |                  |  |            |                   |             |                  |  |                       |
|                               |                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО<br>СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 200        | 24,8              | 23,6        | 28,9             | 437                                      | 0,2                   |
| к/к                           | к/к              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                   | 200        | 3                 | 2,4         | 13,3             | 87                                       | 0,5                   |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 40         | 3                 | 0,2         | 19,5             | 92                                       | 0                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>440</b> | <b>30,8</b>       | <b>26,2</b> | <b>61,7</b>      | <b>616</b>                               | <b>0,7</b>            |
| <b>Всего</b>                  |                  |  |            | <b>67,3</b>       | <b>65</b>   | <b>240,3</b>     | <b>1829</b>                              | <b>31,1</b>           |