

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 января 2025 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	5,5	18,6	145	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			356	10,4	13,8	46,1	352	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								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	4,6	5,7	11,2	119	7,9
		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	1,6	4,6	11	91	5,3
		ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	7	10,9	2,8	138	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	15	21,5	51,1	458	13,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	5,8	32,9	201	0,1
Итого			210	8,7	9,5	39,9	280	0,9
Ужин								
		ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ	100	15,3	14,5	11,4	240	0,2
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			300	19,9	17,2	31,7	365	0,7
Всего				54,8	62,2	184	1520	19,4

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 января 2025 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	6,4	6,6	24,1	182	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,3	12,1	81	0,5
Итого			408	12,3	16,7	56,9	428	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								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	5,1	8,2	13,2	154	11,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,6	4,9	17,8	126	8,6
		ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	80	7,8	12,4	3,8	158	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,3	23,5	101	0
Итого			660	17,7	25,8	67	574	21,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	5,9	7,2	42,1	256	0,2
Итого			270	11,5	12,1	51,4	361	1,2
Ужин								
		ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ	130	20,9	18,2	15,8	315	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	13,6	91	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,6	0,1	10,5	49	0
Итого			370	25,7	20,9	39,9	455	0,7
Всего				68,2	75,7	235,4	1904	28