

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 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								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	1,8	3,4	14,8	97	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	4,9	15,4	115	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			366	4,2	8,3	36,2	236	0
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 "СВЕКОЛКА"	30	1,2	3	6,8	59	3,2
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	5,4	6,7	11,6	128	3,3
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	3,6	20,6	127	0
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	50/30	6,3	0,3	2,9	40	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			600	17,9	13,9	67	460	7
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								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	10,7	1,3	125	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,5	2,1	9,6	68	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			380	10,7	13	25,5	262	0,5
Всего				39,4	41,1	165,8	1185	11,3

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 ноября 2024 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								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	160	2,5	2,7	20,1	113	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	6,8	20,7	156	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			408	5,6	9,5	47,9	298	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,8	0,2	16,8	72	3,3
Итого			200	0,8	0,2	16,8	72	3,3
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	2,3	3,2	13,7	92	6,4
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	6,8	8,6	18	176	5,9
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,1	5,5	32,8	201	0
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	70/40	7,7	0,5	4,2	52	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			760	24,2	18,2	99,7	652	12,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	1,6	2	15,5	87	0
Итого			250	7,2	6,9	24,8	192	1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	12,3	1,4	149	0,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,5	1,9	7,5	58	0,4
Итого			450	13,6	14,4	28,4	299	0,5
Всего				51,4	49,2	217,6	1513	17,7