

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	7,5	17,4	152	0,5
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,9	14,9	113	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
Итого			366	6,2	12,4	41,2	301	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								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1,2	2,7	25	6,5
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б	150	4,1	5,2	8,3	98	9,6
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	4,8	5,7	22,5	161	0,6
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			17	68	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			560	11,4	12,4	69,8	435	16,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ШТОЛИ	60	4,9	7,1	26	187	0,2
Итого			210	9,2	10,8	33	266	1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	10,7	1,3	125	0,1
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	11,6	83	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			350	11,3	13,5	27,5	277	0,6
Всего				38,9	49,3	186,7	1344	21,8

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 октября 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	8,2	22,1	179	0,5
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,9	6,8	20,1	153	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		12,9	52	0
Итого			398	7,2	15	55,1	384	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	20,2	86	4
Итого			180	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5,4	53	10,1
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б	180	5,4	5,9	12,4	126	15,3
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	6	5,5	30	194	0,7
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			18,9	76	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			620	14,7	14,8	90,9	553	26,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ШТОЛИ	80	6	8,4	33,8	234	0,2
Итого			280	11,6	13,3	43,1	339	1,2
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,1	13,3	1,4	158	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	14,3	16,1	33,6	338	0,6
Всего				48,8	59,4	242,9	1700	32,4