

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

11 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	3,9	5	17,4	131	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4	3	15,4	105	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,6	12,6	87	0,5
Итого			340	11	10,6	45,4	323	1,1
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								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	5,3	10	105	3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	14,2	13,7	10,2	223	18,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	20,1	19,3	45,3	434	21,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,9	7,4	27,7	196	0,1
Итого			200	9,2	11,1	34,7	275	0,9
Ужин								
		ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/15	10,7	16,2	9	227	0
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			325	13	16,4	29,6	320	0
Всего				54,1	57,6	170,2	1417	26,6

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

11 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	4,2	6,6	22	165	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,9	4,2	26	166	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			402	13,1	13,2	60,3	414	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	8,5	8,5	16,7	178	5,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,1	13,1	14,4	225	24,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,8	0,4	29,7	128	0
Итого			600	23,4	22	67,6	558	29,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	6,6	9,5	35,2	252	0,2
Итого			270	12,2	14,4	44,5	357	1,2
Ужин								
		ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	16,6	25	12,1	343	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,2	86	0
Итого			400	19,5	25,2	37,4	458	0
Всего				69,2	75	230	1873	35,9