

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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 "ДРУЖБА" | 150 | 4,4 | 7,6 | 22,1 | 175 | 0,5 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ | 30/10 | 3,8 | 2,2 | 14,6 | 95 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 3,1 | 2,6 | 9,7 | 75 | 0,5 |
| Итого | | | 360 | 11,3 | 12,4 | 46,4 | 345 | 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 | | | | | | | | |
| | | СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | 4,7 | 5,3 | 8,5 | 101 | 2,8 |
| | | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ | 150 | 6,7 | 11,2 | 18,4 | 201 | 9,5 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,8 | 0,3 | 19,3 | 83 | 0 |
| Итого | | | 490 | 13,2 | 16,8 | 52 | 408 | 12,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | 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 | | | | | | | | |
| | | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 150/50 | 14,5 | 12,6 | 15,1 | 235 | 0,3 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 170 | 2,9 | 2,4 | 12,1 | 83 | 0,5 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| Итого | | | 400 | 19,6 | 15,2 | 41,8 | 387 | 0,8 |
| Всего | | | | 50,7 | 50,3 | 177,3 | 1367 | 17,9 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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 "ДРУЖБА" | 150 | 5,1 | 8,4 | 25 | 197 | 0,5 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ | 40/12 | 5 | 2,8 | 19,5 | 124 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 2,9 | 2,3 | 9,3 | 70 | 0,5 |
| Итого | | | 402 | 13 | 13,5 | 53,8 | 391 | 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 | | | | | | | | |
| | | СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 7,6 | 7 | 16 | 158 | 4,5 |
| | | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ | 150 | 7,7 | 13,6 | 20,6 | 236 | 10,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 7,8 | 31 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,3 | 0,4 | 24,2 | 104 | 0 |
| Итого | | | 580 | 17,6 | 21 | 68,6 | 529 | 15,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 0 |
| Итого | | | 250 | 7,1 | 6,9 | 24,2 | 188 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 180/50 | 14,5 | 12,6 | 15,1 | 235 | 0,3 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 2,4 | 1,9 | 12,3 | 76 | 0,4 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| Итого | | | 470 | 19,9 | 14,7 | 46,9 | 403 | 0,7 |
| Всего | | | | 58,6 | 56,3 | 213,7 | 1597 | 21,8 |