

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 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	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	4,5	18,7	136	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	3,9	2,9	15,4	104	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	13,1	86	0,5
Итого			360	11,5	9,8	47,2	326	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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	4,7	5,6	11,6	116	3,4
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	4,8	3,9	6,7	83	19,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			480	11,3	9,8	43,4	305	23
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПИРОЖОК С "СЮРПРИЗОМ"	50	5,1	4,5	26,7	166	0,1
Итого			200	9,4	8,2	33,7	245	0,9
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	15,8	10,9	10,7	207	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
Итого			360	18,1	11,1	33,3	308	0,2
Всего				51,3	39,1	177,8	1270	29,1

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 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								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	5,1	2,2	32,8	172	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	4,2	19,5	128	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого			408	8,2	6,4	61,3	336	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	10	12	168	13,6
2008	311	ПЛОВ	150	6,7	6,1	37,5	232	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			600	14,7	16,5	82,4	539	14,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40/10	4,9	3,8	20	134	0
Итого			250	10,5	8,7	29,3	239	1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	6,3	9,7	32,2	241	0,2
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	13,9	95	0,6
Итого			350	9,7	12,5	46,1	336	0,8
Всего				44,1	44,3	239,3	1536	20,1