

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 ноября 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								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	6,3	18,6	152	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4	3	15,4	105	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			360	12,1	11,7	46,1	340	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								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	4,6	5,7	11,2	119	7,9
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	9,6	13,4	10,2	301	18,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	16	19,4	47,5	530	26,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	1,5	2	14,9	83	0
Итого			200	5,8	5,7	21,9	162	0,8
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	8,2	2,9	0,5	61	0,3
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	6,7	4,5	14	123	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			400	17,2	7,6	35,1	277	0,3
Всего				51,9	44,6	165,8	1374	31,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	6,4	7,4	24,1	189	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,1	3,9	20,6	188	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			412	14,5	13,7	58,9	468	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								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	6,7	14,4	249	12,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	11,4	16	15	351	25,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,2	0,2	12,8	55	0
Итого			610	18,3	22,9	50	686	37,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	1,5	2	14,9	83	0
Итого			250	7,1	6,9	24,2	188	1
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	10,2	4,2	0,6	82	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	140	11,1	4,8	23,2	181	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			460	22,9	9,1	40,6	338	0,4
Всего				63,8	52,8	193,9	1766	44,4