

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 января 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	10	20	190	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/10	4,2	2,8	14,6	101	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	7,7	61	0,4
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>11,7</b>	<b>14,9</b>	<b>42,3</b>	<b>352</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	150	6,7	8,5	9,5	141	2,7
		ПЛОВ	150	6,8	11,2	22,4	218	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>15,3</b>	<b>20</b>	<b>57</b>	<b>465</b>	<b>3,4</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>3,1</b>	<b>3,9</b>	<b>36,8</b>	<b>195</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	160	9,5	8,6	16,3	181	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	10,2	75	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>14,6</b>	<b>11,2</b>	<b>41,1</b>	<b>325</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>45,5</b>	<b>50,2</b>	<b>192,4</b>	<b>1402</b>	<b>7,9</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 января 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	5,8	8	23,6	190	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/12	5,4	3,3	19,5	130	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	8,8	66	0,4
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>13,8</b>	<b>13,4</b>	<b>51,9</b>	<b>386</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	12,4	12,1	16	222	4,8
		ПЛОВ	200	13,4	15,8	30	316	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,2	21	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>27,6</b>	<b>28,2</b>	<b>70,5</b>	<b>642</b>	<b>5,9</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>3,9</b>	<b>4,9</b>	<b>45,3</b>	<b>241</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	180	15,4	15,2	27,4	310	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	10,4	76	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,1	0,2	14,2	67	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>20,5</b>	<b>17,8</b>	<b>52</b>	<b>453</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>66,8</b>	<b>64,5</b>	<b>239,9</b>	<b>1808</b>	<b>11,5</b>