

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,8	17,4	138	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			366	6,2	10	38	267	0,5
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		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,3	7,6	8,6	125	9,7
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	5	5,9	18,7	199	9,4
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	11,3	13,8	53,9	438	20,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30/10	3,8	2,9	14,9	102	0
Итого			190	8,1	6,6	21,9	181	0,8
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160/50	6	11	31,2	347	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			380	9,1	13,6	41,8	426	0,7
Всего				35,5	44,2	170,8	1377	25,6

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 ноября 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	6,6	22	164	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			398	7,3	12,4	48,7	336	0,5
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		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,7	6	2,2
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	200	5,9	10,1	13,7	278	15,8
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	6	7,3	23,2	233	11,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			650	14,6	17,8	69,6	652	29,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40/12	6,5	4,3	30,3	186	0
Итого			252	12,1	9,2	39,6	291	1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160/50	6,3	12	32,1	362	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	8,8	66	0,4
Итого			410	8,9	14,1	40,9	428	0,6
Всего				43,9	53,7	219	1793	35,9