

Утверждаю

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

## МЕНЮ

20 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,1	6,2	17	145	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>10,3</b>	<b>13,6</b>	<b>44,5</b>	<b>344</b>	<b>1</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>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	4	8,6	9,2	135	4,5
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	5,5	6	23,2	169	11,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>11,5</b>	<b>14,9</b>	<b>60</b>	<b>422</b>	<b>17,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	4,2	32,9	186	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>8,7</b>	<b>7,9</b>	<b>39,9</b>	<b>265</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	8,3	4,9	0,5	79	0,3
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	4,5	3,5	9,3	87	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>15,1</b>	<b>8,6</b>	<b>32,4</b>	<b>267</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>46,4</b>	<b>45,2</b>	<b>192</b>	<b>1363</b>	<b>22,9</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

20 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,2	6,3	21,8	164	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,5	6,8	17,5	141	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,6	1,2	11,8	64	0,2
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>9,3</b>	<b>14,3</b>	<b>51,1</b>	<b>369</b>	<b>0,5</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>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,3		0,7	5	2
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	5,3	9,7	13,7	167	6,7
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	7	6,7	30,9	212	15,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,6	0,2	16	69	0
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>14,2</b>	<b>16,6</b>	<b>70</b>	<b>488</b>	<b>24,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	4,6	41,6	230	0,1
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>11,3</b>	<b>9,5</b>	<b>50,9</b>	<b>335</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	11	6,3	0,6	103	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	140	11,2	4	23,4	174	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,5	0,3	23	109	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>25,8</b>	<b>10,6</b>	<b>56</b>	<b>422</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>61,6</b>	<b>51,2</b>	<b>248,2</b>	<b>1700</b>	<b>30,3</b>