

Утверждаю

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

## МЕНЮ

22 августа 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-во ды, г |                                |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |                                 |            |                   |             |               |                                |                |
|                    |               | КАША "НЕЖНОСТЬ"                 | 150        | 4,6               | 7           | 17,8          | 153                            | 0,5            |
|                    |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ | 30/8       | 3,8               | 7,1         | 14,6          | 138                            | 0              |
| к/к                | к/к           | КАКАО С МОЛОКОМ                 | 170        | 3,1               | 2,6         | 12,6          | 87                             | 0,5            |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>358</b> | <b>11,5</b>       | <b>16,7</b> | <b>45</b>     | <b>378</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               | 41            | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ                | 40         | 0,7               | 1,9         | 3             | 33                             | 6              |
|                    |               | СУП ГОРОХОВЫЙ                   | 150        | 8,2               | 7,8         | 10,3          | 145                            | 3,1            |
| 2008               | 299           | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ  | 150        | 18,1              | 18,9        | 23            | 335                            | 11,6           |
| 2008               | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ     | 180        |                   |             | 4,9           | 19                             | 0              |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ            | 40         | 1,8               | 0,3         | 19,3          | 83                             | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>560</b> | <b>28,8</b>       | <b>28,9</b> | <b>60,5</b>   | <b>615</b>                     | <b>20,7</b>    |
| <b>Полдник</b>     |               |                                 |            |                   |             |               |                                |                |
| 2008               | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                | 150        | 4,3               | 3,7         | 7             | 79                             | 0,8            |
| к/к                | к/к           | ПЕЧЕНЬЕ                         | 20         | 1,5               | 2           | 14,9          | 83                             | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>170</b> | <b>5,8</b>        | <b>5,7</b>  | <b>21,9</b>   | <b>162</b>                     | <b>0,8</b>     |
| <b>Ужин</b>        |               |                                 |            |                   |             |               |                                |                |
| 2008               | 225           | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА               | 100        | 15,8              | 12,3        | 10,7          | 220                            | 0,2            |
| к/к                | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                   | 180        | 0,1               |             | 5,1           | 21                             | 0              |
|                    |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6          | 69                             | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>310</b> | <b>18,1</b>       | <b>12,5</b> | <b>30,4</b>   | <b>310</b>                     | <b>0,2</b>     |
| <b>Всего</b>       |               |                                 |            | <b>65</b>         | <b>64</b>   | <b>173</b>    | <b>1530</b>                    | <b>25,7</b>    |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
22 августа 2024 г.

**Сад 12 часов**

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда              | Выход      | Химический состав |             |               | Энерге-ти-ческая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|---------------------------------|------------|-------------------|-------------|---------------|---------------------------------|----------------|
|                    |               |                                 |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-во-ды, г |                                 |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |                                 |            |                   |             |               |                                 |                |
|                    |               | КАША "НЕЖНОСТЬ"                 | 200        | 6                 | 7,5         | 28,9          | 207                             | 0,5            |
|                    |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ | 40/10      | 4,2               | 6,6         | 19,5          | 153                             | 0              |
| 2008               | 433           | КАКАО С МОЛОКОМ                 | 200        | 3,2               | 2,6         | 11,7          | 84                              | 0,5            |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>450</b> | <b>13,4</b>       | <b>16,7</b> | <b>60,1</b>   | <b>444</b>                      | <b>1</b>       |
| <b>II Завтрак</b>  |               |                                 |            |                   |             |               |                                 |                |
| 2008               | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                    | 200        | 1,1               | 0,2         | 21,9          | 93                              | 4,3            |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>200</b> | <b>1,1</b>        | <b>0,2</b>  | <b>21,9</b>   | <b>93</b>                       | <b>4,3</b>     |
| <b>Обед</b>        |               |                                 |            |                   |             |               |                                 |                |
|                    |               | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ                | 60         | 1,4               | 2           | 6             | 49                              | 13,2           |
|                    |               | СУП ГОРОХОВЫЙ                   | 250        | 11,1              | 8,9         | 16,6          | 191                             | 4,7            |
| 2008               | 299           | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ  | 200        | 21,8              | 23,2        | 30,6          | 418                             | 15,4           |
| 2008               | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ     | 200        |                   |             | 6,8           | 27                              | 0              |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ            | 50         | 1,6               | 0,2         | 17            | 73                              | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>760</b> | <b>35,9</b>       | <b>34,3</b> | <b>77</b>     | <b>758</b>                      | <b>33,3</b>    |
| <b>Полдник</b>     |               |                                 |            |                   |             |               |                                 |                |
| 2008               | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                | 200        | 5,4               | 4,8         | 9             | 102                             | 1              |
| к/к                | к/к           | ПЕЧЕНЬЕ                         | 20         | 1,5               | 2           | 14,9          | 83                              | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>220</b> | <b>6,9</b>        | <b>6,8</b>  | <b>23,9</b>   | <b>185</b>                      | <b>1</b>       |
| <b>Ужин</b>        |               |                                 |            |                   |             |               |                                 |                |
| 2008               | 225           | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА               | 150        | 21,9              | 18          | 14,4          | 311                             | 0,2            |
| к/к                | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                   | 200        | 0,1               |             | 6,1           | 25                              | 0              |
|                    |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 40         | 3                 | 0,2         | 19,5          | 92                              | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>390</b> | <b>25</b>         | <b>18,2</b> | <b>40</b>     | <b>428</b>                      | <b>0,2</b>     |
| <b>Всего</b>       |               |                                 |            | <b>82,3</b>       | <b>76,2</b> | <b>222,9</b>  | <b>1908</b>                     | <b>39,8</b>    |