

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
23 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	8,2	14,9	150	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	13,1	86	0,5
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>9,2</b>	<b>14,8</b>	<b>42,6</b>	<b>341</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	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	3,8	6,7	8,3	114	2,2
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	110	4,7	13,1	10,4	179	12,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>10,3</b>	<b>20,1</b>	<b>44,8</b>	<b>403</b>	<b>14,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>5,8</b>	<b>5,7</b>	<b>21,9</b>	<b>162</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	9,5	4,9	4,4	100	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>11,8</b>	<b>5,1</b>	<b>27,9</b>	<b>205</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>37,9</b>	<b>45,9</b>	<b>152,4</b>	<b>1176</b>	<b>20</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

23 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	160	4,6	11,4	17,7	193	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	5,8	19,6	143	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,4	1,9	13,2	80	0,4
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>10</b>	<b>19,1</b>	<b>50,5</b>	<b>416</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,1	0,2	22,7	97	4,5
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>22,7</b>	<b>97</b>	<b>4,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	8,7	14,7	165	3,8
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	6,7	13,1	18,9	221	23,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>14,2</b>	<b>22,2</b>	<b>67,5</b>	<b>529</b>	<b>27</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,1</b>	<b>6,9</b>	<b>24,2</b>	<b>188</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	13,1	5,5	4,9	122	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,2</b>	<b>5,7</b>	<b>34,4</b>	<b>254</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>48,6</b>	<b>54,1</b>	<b>199,3</b>	<b>1484</b>	<b>33,7</b>