

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

25 ноября 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		
Завтрак								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,2	4,4	20,6	135	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			366	5,6	10,3	42	283	0
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								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	6,2	6,9	11,2	135	10,6
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,3	5,1	19,2	140	0
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	11,7	2,8	148	0,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			540	20	24	59,3	533	11,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПИРОЖКИ С НАЧИНКОЙ	60	5,6	8,5	22,2	189	0,2
Итого			210	9,9	12,2	29,2	268	1
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	11,5	1,3	133	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	8,7	71	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			390	11,3	14,3	24,6	273	0,6
Всего				47,6	61	170,3	1422	16

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

25 ноября 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		
Завтрак								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	5,1	5,5	32,8	201	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого			408	8,2	13,3	62,5	402	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	6,5	7,5	13,5	150	14,7
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	5,5	24,6	169	0
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	9,8	13,2	6,4	183	0,9
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			670	24	26,6	76,5	637	15,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ПИРОЖКИ С НАЧИНКОЙ	80	7,1	6,8	27	198	0,2
Итого			280	12,7	11,7	36,3	303	1,2
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,2	20	1,6	218	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	10,7	80	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	14,4	22,8	31,8	390	0,6
Всего				60,3	74,6	227,3	1818	21,4