

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 января 2025 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-воды, г		
Завтрак								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	4,2	19,5	135	0,5
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		8	32	0
Итого			366	7	10,1	42,9	291	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								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	6,9	10,5	11,2	169	10,6
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,3	6	19,2	147	0
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,1	12,1	2,8	156	0,9
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	22,1	28,9	59,3	582	11,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	24,2	108	0
Итого			195	6,6	3,9	31,2	187	0,8
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	13,3	1,3	149	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,9	2,4	13,1	86	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			330	11,1	15,9	29	304	0,6
Всего				47,6	59	177,6	1429	16,4

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 января 2025 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								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,3	5,9	24,8	173	0,5
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			448	8,4	13,7	54,5	374	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								
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	7,4	9,2	13,8	174	14,7
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	5,5	24,6	169	0
2008	278	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,7	19,3	6,4	246	0,9
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			670	26,8	34,4	77,7	728	15,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/20	3,1	0,2	35,9	158	0
Итого			260	8,7	5,1	45,2	263	1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	8,4	14,6	1,8	172	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	15,2	95	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	14,4	17,2	36,5	359	0,7
Всего				59,3	70,6	234,1	1810	21,8