

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 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								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,1	5,6	17,7	140	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	9,6	69	0,4
Итого			360	11	11,3	42,7	321	0,9
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								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	0,6	1,9	3,4	34	1,6
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	4,9	7	11,9	134	3,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	10	13,2	11,1	206	22,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	17,3	22,4	50,6	476	27,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			190	7,3	7,6	36,8	246	0,8
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/30	19,9	16,1	12,3	278	0,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,3	1,9	10,1	68	0,4
Итого			330	22,2	18	22,4	346	0,7
Всего				58,6	59,5	167,7	1454	32,7

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,5	5,9	27,9	188	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,5	4,4	20,6	145	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	10,7	73	0,4
Итого			452	13,6	12,4	59,2	406	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1	3	5,4	52	2,6
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	7,8	10,4	16,8	196	5,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	12,9	12,4	23,3	257	25,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			670	24	26,2	77,5	640	33,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	180/40	20,5	18,3	14,9	308	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,5	1,9	9,5	66	0,4
Итого			420	23	20,2	24,4	374	0,8
Всего				71	68,8	227,8	1820	40