

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

31 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		КАША "ЯНТАРНАЯ"	150	5,4	4,5	22,9	155	1,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			356	10,6	12,8	49,4	358	1,8
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								
		СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,8	5,2	8,6	98	4,3
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	8,4	2,9	0,6	62	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	4,9	3	10,2	88	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			540	18,9	11,4	44,5	354	4,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПИРОГ "ПАНЖАКАЙ"	60	5,9	6,1	24	175	0,4
Итого			210	10,2	9,8	31	254	1,2
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	12,3	18,9	62,1	469	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			330	12,4	18,9	68,1	493	0,4
Всего				52,9	53,1	208,2	1524	11,1

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 мая 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								
		КАША "ЯНТАРНАЯ"	200	6,2	7,1	28,7	205	1,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			448	12,2	17,3	61,7	453	1,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	5,1	5,8	13,6	128	6,7
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	9,4	4,2	0,7	78	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	10,3	3,9	21,5	163	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			710	27,1	14,3	66,8	500	7,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	7,2	6,7	30,7	212	0,5
Итого			280	12,8	11,6	40	317	1,5
Ужин								
2012	449	ОЛАДЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	12,2	18	63,9	467	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			360	12,3	18	71	496	0,4
Всего				65,4	61,4	259,7	1852	14,9