

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 сентября 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 "ДРУЖБА"	200	5,1	8,4	25,1	198	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/10	4	2,8	13,7	96	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	9,2	11,2	45,9	323	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								
		САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,5	1,9	2,7	30	4
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,1	7,4	14,6	152	3,8
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	5,8	11,1	12,9	175	17,3
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	13,7	20,8	61,2	488	25,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	5,6	40,7	235	0,1
Итого			280	11,3	10,5	50	340	1,1
Ужин								
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	150	20,3	16,5	18,9	313	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2	0,2	13,3	63	0
Итого			390	22,4	16,7	39,3	405	0,2
Всего				57,6	59,4	216,6	1642	30,9

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 сентября 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 "ДРУЖБА"	150	4,5	7,6	19,7	166	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/8	3,8	2,2	14,6	95	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			358	11,4	12,4	44,9	340	1
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 ВИТАМИННЫЙ	40	0,4	1	2,2	19	2,6
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	3,6	6,6	6,7	105	1,5
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	100	4,3	8,7	8,7	133	11,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			510	10,1	16,6	42,7	363	15,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	4,2	32,9	186	0,1
Итого			210	8,7	7,9	39,9	265	0,9
Ужин								
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	110	16	14,5	11,9	249	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			320	18,3	14,7	32,5	342	0,2
Всего				49,3	51,8	175,2	1375	20,9