

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,7	8,4	26,5	205	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	6,8	20,7	156	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			447	11,7	17,6	59,5	444	1
Обед								
		УХА СО СМЕТАНОЙ	250	5,8	12,7	11,1	187	5,3
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	6,3	10,1	10	158	29,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			650	14,4	23,2	53,1	480	34,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,4	106	1
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,7	6,6	43,1	254	0,1
Итого			280	11,4	11,5	52,5	360	1,1
Ужин								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,6	1,9	4	37	5,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,6	17,5	2	208	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			410	14,3	19,6	34,5	373	5,6
Всего				51,8	71,9	199,6	1657	42,4

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 сентября 2024 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,6	8,2	18,5	168	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	4,9	15,4	115	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			355	9,8	15,5	46	366	1
Обед								
		УХА СО СМЕТАНОЙ	150	3,5	10,3	7	139	3,3
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	100	4,9	7,9	7	121	20,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			470	10,2	18,5	40,1	370	23,9
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								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,5	1	2,3	20	3,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6	10,7	1,3	125	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			330	8,8	11,9	25,2	242	3,8
Всего				37,5	53,8	151,2	1243	29,6