



Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88" (корпус 1)

/Борисова О.В./

МЕНЮ

28 марта 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	7,6	18,9	165	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/5	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	11,6	83	0,5
Итого			355	10,3	14,4	45,1	353	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								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,3	7,6	8,7	125	9,6
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	9,5	10,3	10	173	18,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			500	15,6	18,2	44,8	408	27,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	3,7	6	14,6	128	0
Итого			200	8	9,7	21,6	207	0,8
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	20,6	14,2	11,9	262	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	22,9	14,4	34,5	363	0,2
Всего				57,6	56,9	161,2	1396	32,8

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88" (корпус 1)
/Борисова О.В./



МЕНЮ
28 марта 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,8	8	23,6	190	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
Итого			448	12	17,2	55,9	428	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	250	6,4	8,9	13,7	166	15,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	9,8	10	11,9	178	18,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			650	18,5	19,3	58,5	483	33,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	5	5,2	19,5	146	0
Итого			250	10,6	10,1	28,8	251	1
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	180	24,7	17	14,3	313	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			420	27,8	17,2	42,8	441	0,2
Всего				69,9	64	206,2	1689	40,1