

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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								
		КАША "ДРУЖБА"	150	4,4	7,6	20,1	167	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	3	2,5	12,3	85	0,6
Итого			360	11,8	13,7	47,8	364	1,2
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								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
		БОРЩ	150	6,4	7,9	8,8	133	8,9
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	2,8	8,3	22,3	176	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	11,2	16,5	56,7	419	21,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			190	5,8	5,7	21,9	162	0,8
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/50	18,2	13	13	245	0,3
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	10,6	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			410	23,5	15,8	38,2	393	0,8
Всего				53,1	51,9	179,8	1403	27,4

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 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								
		КАША "ДРУЖБА"	200	5	9,2	24,3	201	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,5	4,4	20,6	145	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	14,4	94	0,6
Итого			452	13,6	16,1	59,3	440	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,8	6	2,4
		БОРЩ	200	6,5	12,1	12,8	185	16,2
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	3,6	14,9	28,6	262	14,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			630	12,8	27,4	73,2	584	32,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	1,6	2,1	15,8	89	0
Итого			250	7,2	7	25,1	194	1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	180/50	21,9	22,4	14,9	351	0,3
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			470	28,1	25,2	47,1	531	0,8
Всего				62,7	75,9	224,9	1835	39,9