

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	7,5	19,5	164	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	10,6	72	0,4
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>11,5</b>	<b>13,2</b>	<b>45,5</b>	<b>348</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	5,8	11,4	8,3	163	2,3
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	7	13,9	7,5	183	21,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,2	0,2	12,1	52	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>14</b>	<b>25,5</b>	<b>34,7</b>	<b>425</b>	<b>24</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	5,4	6,6	31,1	205	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>10,3</b>	<b>38,1</b>	<b>284</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	11	8	4,4	132	0,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	3	2,5	13,3	89	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>16,2</b>	<b>10,7</b>	<b>32,3</b>	<b>290</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>52,2</b>	<b>59,9</b>	<b>165,8</b>	<b>1412</b>	<b>29,8</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,3	7,6	24,8	187	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	6,3	4,7	25,7	171	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,3	2,7	12,9	90	0,6
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>14,9</b>	<b>15</b>	<b>63,4</b>	<b>448</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	9,2	14,8	14,5	233	3,9
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	9,7	11,4	9,8	182	29,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,3	0,2	13,8	59	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>20,2</b>	<b>26,4</b>	<b>47,8</b>	<b>513</b>	<b>33,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	7,2	10,2	38,7	274	0,2
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>12,8</b>	<b>15,1</b>	<b>48</b>	<b>379</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	13,1	8,5	4,9	148	0,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,3	15,1	94	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>19</b>	<b>11</b>	<b>39,5</b>	<b>334</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>67,9</b>	<b>67,7</b>	<b>218,9</b>	<b>1760</b>	<b>40,6</b>