

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

21 июня 2024 г.

Сад 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,2	5,8	20,9	153	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,1	9,9	8,4	149	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			452	12,3	18,1	41,6	385	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								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,3	3	6,2	57	13
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,5	5,9	16,6	142	4,8
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	7,4	9,3	17,2	183	23,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			760	16,5	18,6	71	513	40,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	6,3	6	35,7	221	0,1
Итого			280	11,9	10,9	45	326	1,1
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	160	22,1	16,5	35,8	384	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	25,2	16,7	62,4	505	0,2
Всего				66,9	64,5	240,2	1815	47,2

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

21 июня 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	3,9	5,8	17,4	138	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4	3	15,4	105	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			360	10,8	11,2	43,9	322	1,1
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								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	1	2	4,4	41	10,1
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	5,3	9,9	104	3
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	6,6	15,7	13	220	17,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			560	13,5	23,3	52,4	471	30,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	4,9	7,6	27,7	197	0,1
Итого			210	9,2	11,3	34,7	276	0,9
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	150	20,6	14,2	28,3	328	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			360	22,9	14,4	48,9	421	0,2
Всего				57,2	60,4	195,1	1555	35,7