

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 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								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,5	7,4	24,2	190	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	20,7	157	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	13,3	87	0,5
Итого			447	12,5	16,8	58,2	434	1
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	5,3	10,1	13,8	173	6,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	11,4	11,2	15,2	209	24,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	19	21,7	61,9	521	30,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			220	7,1	6,9	24,2	188	1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,3	3,3	6,6	105	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	140	11,2	3,2	23,4	167	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	26,6	6,7	57,6	396	0,4
Всего				65,2	52,1	201,9	1539	33,3

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 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								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,1	6,2	17	145	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			355	10,3	13,6	43,5	340	1
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	4	8,6	9,2	135	4,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	8,8	8,9	9,6	156	18,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	14,6	17,8	45,9	405	22,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			170	5,8	5,7	21,9	162	0,8
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	8,4	2,9	0,5	62	0,3
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	4,5	2,7	9,3	79	0
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			370	15,2	5,8	31,4	238	0,3
Всего				45,9	42,9	142,7	1145	24,8