

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

14 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	5	18,4	139	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,9	2,4	12,1	83	0,5
Итого			356	9,8	13,3	45,9	346	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								
		РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	3,7	6,6	8,1	111	2,2
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,3	4,3	19,2	133	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,1	8,6	4	143	6,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	19,9	19,8	58,4	501	8,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	24,2	108	0
Итого			195	6,6	3,9	31,2	187	0,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	17,5	8,6	6,4	173	0,4
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			360	19,8	8,8	28	270	0,4
Всего				56,9	46	178,7	1369	13,6

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

14 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,7	6,8	26,4	191	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			448	11,7	17	61,3	447	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								
		РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,1	8,4	14,6	160	3,8
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,4	5,5	24,6	169	0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	13,5	9,3	5,4	172	8,6
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	26,3	23,6	77,5	640	12,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/20	3,1	0,2	32,3	143	0
Итого			260	8,7	5,1	41,6	248	1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	18,6	10	6,6	190	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	21,7	10,2	35,1	318	0,4
Всего				69,4	56,1	235,7	1739	18,8