

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

1 июля 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	5,8	19,5	150	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			366	7	11,7	40,9	298	0,5
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								
		СУП ОВОЩНОЙ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	150	5,8	5,4	11,2	119	4
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	5,1	6,3	7,7	111	22,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	12,7	12	44	336	26,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ШТОЛИ	60	4,6	4,8	25,6	164	0,1
Итого			210	8,9	8,5	32,6	243	0,9
Ужин								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,2	5,7	26,8	175	0
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	8,4	2,9	0,5	62	0,3
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			390	17,9	11,4	52,5	385	0,8
Всего				47,3	43,8	185,2	1327	31,3

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

_____/Борисова О.В./

МЕНЮ

1 июля 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,3	6,7	24,8	180	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,7	165	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			448	8,4	14,5	52,6	374	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		СУП ОВОЩНОЙ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	250	8,5	7,2	18,8	176	6,4
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	6,6	6,1	11,3	129	31,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	17,4	13,7	61,1	436	38,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ШТОЛИ	80	5,8	6,2	33,6	213	0,1
Итого			280	11,4	11,1	42,9	318	1,1
Ужин								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	4,5	4,9	28,7	177	0
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	10,2	4,2	0,6	82	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			460	20,9	11,9	60,5	435	0,9
Всего				59,1	51,4	237,3	1649	44,7