

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"  
/И/О Стешина С.М/**МЕНЮ**  
17 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	5	6,1	22,1	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	2,4	11,8	82	0,5
Итого			356	10,4	14,4	49,3	371	1
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	67	0
Итого			150	0,8	0,2	14,7	67	0
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,9	7,3	10,1	129	3,1
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С ГОВЯДИНОЙ	130	9,8	12,3	9,4	191	24,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,4	19,1	92	0
Итого			470	17,7	20	44,4	435	27,5
<b>Полдник</b>								
2012	485	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	4,9	4	26,9	163	0,1
2008	434	ЙОГУРТ	150	4,1	3,7	6,6	82	0,4
Итого			200	9	7,7	33,5	245	0,5
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,6	0,1	4,4	21	0,4
2008	239	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	12,1	13	3,8	185	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,5	59	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			400	14,7	13,3	26,7	289	0,9
Всего				52,6	55,6	168,6	1407	29,9

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

И/О Стешина С.М.

## МЕНЮ

17 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,8	6,3	21,2	162	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,1	0,1	64	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,8	1,1	19,4	99	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	13	86	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>10,7</b>	<b>16,9</b>	<b>53,7</b>	<b>411</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,3	74	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,3</b>	<b>74</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,1	8,1	12,1	148	3
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С ГОВЯДИНОЙ	150	9,4	11,2	10,2	182	30,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>17,8</b>	<b>19,7</b>	<b>50,3</b>	<b>459</b>	<b>33,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	70	6,3	4,5	36,8	213	0,2
2008	434	ЙОГУРТ	180	4,6	4,1	7,3	91	0,5
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,9</b>	<b>8,6</b>	<b>44,1</b>	<b>304</b>	<b>0,7</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	4,2	20	0,6
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	13,8	12,7	3,7	189	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19	90	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>17,5</b>	<b>13</b>	<b>33,9</b>	<b>328</b>	<b>1,1</b>
<b>Всего</b>				<b>57,7</b>	<b>58,4</b>	<b>198,3</b>	<b>1576</b>	<b>36,3</b>