

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

/И/О Стешина С.М./

**МЕНЮ**

22 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>								
2012	209	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	140	4,4	6	20,7	156	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,6	0,1	51	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	14	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>6,5</b>	<b>12,4</b>	<b>40,7</b>	<b>303</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,1	73	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,1</b>	<b>73</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	3,5	4,5	10,5	99	2,7
2008	259	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С ПЕЧЕНЬЮ	130	9,7	7,2	20,1	194	16
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>15,9</b>	<b>12,1</b>	<b>53,6</b>	<b>399</b>	<b>18,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛЯ	30	0,6	0,7	17,1	78	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,1	4,4	8,4	95	1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,7</b>	<b>5,1</b>	<b>25,5</b>	<b>173</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	11	16,3	4,5	216	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,4	68	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	10,3	75	0,5
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>16,1</b>	<b>18,9</b>	<b>29,2</b>	<b>359</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>45</b>	<b>48,7</b>	<b>165,1</b>	<b>1307</b>	<b>21,1</b>

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"  
И/О Стешина С.М.

## МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	209	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	160	4,8	6,4	23,8	173	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,8	0,1	70	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			408	7,9	15,4	51,5	377	0,5
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,2	79	0
Итого			150	0,9	0,2	17,2	79	0
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	200	3,5	5,2	9,7	102	2,7
2008	259	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С ПЕЧЕНЬЮ	150	10,5	8,9	20,8	215	17
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,7	104	0
Итого			600	17,4	14,6	59	448	19,7
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛЯ	50	0,7	0,8	17,7	81	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	6,3	5,7	27	186	1
<b>Ужин</b>								
2008	189	ОМЛЕТ С СЫРОМ	200	11,7	17,1	4,6	225	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19,2	91	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			440	17,6	19,8	35,4	398	1
Всего				50,1	55,7	190,1	1488	22,2