

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"  
Власова Т.Н./

**МЕНЮ**  
3 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	4,6	5,7	20,7	154	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,6		42	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	16,1	82	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,2	11,7	80	0,5
Итого			356	9,8	13,4	48,5	358	1
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	13,6	65	5,7
Итого			150	0,6	0,6	13,6	65	5,7
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	3,9	5,9	8,6	107	2
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	8,6	10,8	7,4	162	19,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			470	15,4	17,1	40,5	382	21,9
<b>Полдник</b>								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	8,4	5,7	25,7	186	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	0,8	0,7	1,4	15	0,2
Итого			200	9,2	6,4	27,1	201	0,2
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,5		3,3	16	0,6
2008	239	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	14,1	11,4	4,7	182	0,6
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		6,3	26	0
Итого			400	16,6	11,6	26,8	283	1,2
Всего				51,6	49,1	156,5	1289	30

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"  
Власова Т.Н./



**МЕНЮ**  
3 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	4,9	6,2	22,1	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,1	0,1	64	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	20	102	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,3	13,1	86	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>10,8</b>	<b>16,7</b>	<b>55,3</b>	<b>417</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	7,9	11	139	2,7
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	9,6	13,5	7,3	189	19,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>18</b>	<b>21,8</b>	<b>46,7</b>	<b>459</b>	<b>22,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	10,8	6,4	39,3	256	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,4	95	0,9
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>15,8</b>	<b>10,8</b>	<b>47,7</b>	<b>351</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	0,1	4,5	21	0,5
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	15	12,2	3,9	191	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,2	29	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,7</b>	<b>12,5</b>	<b>35,1</b>	<b>333</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>			<b>64,1</b>	<b>62</b>	<b>201,1</b>	<b>1634</b>	<b>25,4</b>	