

14 марта 2024 г. от «    »    20    г.

**Ясли 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>								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	140	4,9	5,6	21,1	156	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,1		37	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,1	0,8	14,3	73	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	12,2	87	0,6
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>10,3</b>	<b>13,2</b>	<b>47,6</b>	<b>353</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,8</b>	<b>77</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,1	7,8	8,3	129	3,8
2008	285	ОВОЩНОЕ РАГУ	110	3,5	6,9	16,4	143	22,7
2008	285	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	50	8	9,3	8,9	151	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,5	79	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>19,2</b>	<b>24,3</b>	<b>56</b>	<b>526</b>	<b>27,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	4,3	3,4	41,3	213	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7,1	79	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,6</b>	<b>7,1</b>	<b>48,4</b>	<b>292</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,4	26	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	140	14	13,9	14,7	237	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,5	64	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,1</b>	<b>14,1</b>	<b>40,7</b>	<b>352</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>			<b>55</b>	<b>58,9</b>	<b>209,5</b>	<b>1600</b>	<b>29,5</b>	

Согласовано

Администрация городского округа Саранск  
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №78 комбинированного вида»  
МДОУ «Детский сад №78 комбинированного вида» Власова Т.Н./  
адрес: 430028, г. Саранск, ул. Пушкина, д. 50  
Меню (факс): 8(8342)73-01-94  
14 марта 2024 г. e-mail: mdo78@mail.ru  
№ \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Сад 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 ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	160	5,1	6	22,5	165	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,4	0,1	58	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,6	1	18	92	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	12,9	86	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>10,8</b>	<b>15,8</b>	<b>53,5</b>	<b>401</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ НАПИТОК	180					0
<b>Итого</b>			<b>180</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,9	9,6	7,9	148	3,6
2008	285	ОВОЩНОЕ РАГУ	130	3,9	4,2	15,6	119	31
2008	285	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	70	8,4	10,7	8,9	164	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,3	93	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>21,2</b>	<b>24,9</b>	<b>58,5</b>	<b>551</b>	<b>35,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	5,6	3,4	52,4	263	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,2	4,5	8,6	97	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,8</b>	<b>7,9</b>	<b>61</b>	<b>360</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	160	18,1	15,8	18,6	285	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,3	96	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>21,3</b>	<b>16,1</b>	<b>52,2</b>	<b>435</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>64,1</b>	<b>64,7</b>	<b>225,2</b>	<b>1747</b>	<b>37,9</b>