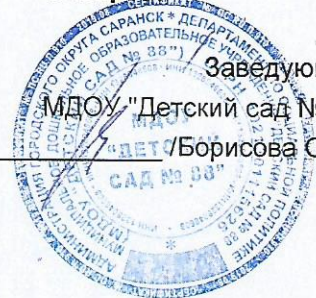


Утверждаю



Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

10 апреля 2024 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		
Завтрак								
		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	200	2,5	4,3	20,1	128	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
Итого			428	5,6	10,9	47,7	310	0
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 С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	6,7	8,9	8,8	142	4,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	130	7,1	7,6	9,8	138	29,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			630	16,1	16,9	51,5	419	33,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	9,4	9,8	46,5	314	1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	16,4	12,8	5,1	200	0,3
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	22,6	15,6	37,3	380	0,8
Всего				54,7	53,4	203,2	1509	39,7