

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т.Н./**МЕНЮ**
5 апреля 2024 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	3,9	5,7	17,3	138	0,5
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,7		43	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,1	0,8	14,7	75	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2,1	10,5	73	0,5
Итого			366	8,6	13,3	42,5	329	1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	11,9	57	5
Итого			150	0,5	0,5	11,9	57	5
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4	5,8	9,8	110	4,6
2008	285	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8	5,4	17,3	150	0
2008	285	КОТЛЕТА	50	7,8	9,4	4,5	134	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18,2	87	0
Итого			500	22,6	21	55,3	503	5,3
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	50	0,6	0,7	16,1	74	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			230	5,6	5,1	24,4	168	0,9
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6		3,8	18	0,6
2008	238	РЫБНЫЕ ТЕФТЕЛИ	130	10,7	7,6	16,3	177	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	13,9	66	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			370	13,5	7,8	39,8	285	1,2
Всего				50,8	47,7	173,9	1342	13,4

Согласовано

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

МЕНЮ
5 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	160	5,2	6,2	24,3	175	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,1	0,1	64	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,6	84	0,5
Итого			408	11,2	16,9	57,6	428	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
Итого			150	0,8	0,2	16,8	77	0
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	7,8	11,3	140	5,1
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	6,7	24,2	202	0
2008	299	КОТЛЕТА	70	9,7	12	5,9	169	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,1	0,1	8,1	33	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			610	29,5	27,1	71,4	649	6,3
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	50	0,7	0,8	18,3	84	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	111	1,1
Итого			250	6,6	5,9	28,1	195	1,1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	0,1	4,2	20	0,9
2008	238	РЫБНЫЕ ТЕФТЕЛИ	150	12,4	7,9	17	189	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,6	83	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	29	0
Итого			400	15,8	8,2	45,8	321	1,5
Всего				63,9	58,3	219,7	1670	9,9