

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
/Власова Т.Н./**МЕНЮ**
22 марта 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	140	4,5	5,8	20,6	153	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			356	9,8	14,1	47,6	358	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,4	6,1	11,5	123	5,2
2008	285	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,2	4,4	20,6	135	0
2008	285	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,2	8,7	5,7	133	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	18,4	19,6	60,6	496	5,6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	2,7	3,5	28,3	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	7	7,2	35,3	229	0,8
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	4,7	22	0,7
2008	238	РЫБНЫЕ ТЕФТЕЛИ	130	9,1	8,2	18,6	186	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			370	11,7	8,5	41,4	289	1,1
Всего				47,7	49,6	200,1	1441	8,5

Согласовано

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

МЕНЮ
22 марта 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								
2008	189	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	160	4,8	5,6	22,7	161	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,3	0,1	57	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	12,8	86	0,5
Итого			408	10,9	15,5	56,2	409	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,3	79	0
Итого			150	0,9	0,2	17,3	79	0
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	4,8	7,8	10,9	140	5
2008	299	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,5	4,7	28,6	175	0
2008	299	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,8	10,2	5,5	149	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21	101	0
Итого			610	21,4	23,1	72,8	592	5,3
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,7	3,5	28,4	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,3	8,4	37,7	255	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6		3,9	18	0,7
2008	238	РЫБНЫЕ ТЕФТЕЛИ	150	10	7,7	19,7	189	0,7
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,7	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	29	0
Итого			400	13,2	7,9	47,3	315	1,4
Всего				54,7	55,1	231,3	1650	8,7