



МЕНЮ

26 марта 2024 г.

Ясли 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	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,1	18,7	150	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,4	3,6	15,4	112	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	3,3	2,7	13,7	94	0,6
Итого			360	12,4	12,4	47,8	356	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Обед								
		УХА СО СМЕТАНОЙ	150	3,5	5,5	7	95	3,3
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	130	6,3	10,3	9,1	157	25,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			500	11,6	16,1	42,2	362	28,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,2	24,2	108	0
Итого			195	6,6	3,9	31,2	187	0,8
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	15,2	33,2	79,8	679	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			340	15,3	33,2	85,8	703	0,6
Всего				46,4	66,1	219,9	1670	44,6

Утверждаю



Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"(корпус 1)

/Борисова О.В./

МЕНЮ

26 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,1	7,2	26,9	198	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/13	5,5	4,4	20,6	145	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	13,3	87	0,5
Итого			453	14,6	14	60,8	430	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Обед								
		УХА СО СМЕТАНОЙ	250	5,7	5,9	11,1	126	5,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	6,4	6,9	10	130	29,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			650	14,4	13,2	53,1	391	34,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/20	2,3	0,2	27,4	120	0
Итого			250	7,9	5,1	36,7	225	1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	12,8	18,5	64,9	477	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
Итого			360	12,9	18,5	73	509	0,5
Всего				50,3	51,3	236,5	1617	50,4