

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88" (корпус 1)
/Борисова О.В./



МЕНЮ

14 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5	6	18,9	150	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/5	2,2	4,2	14,6	105	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	9,7	75	0,5
Итого			365	10,3	12,8	43,2	330	1
Обед								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,7	7	8,8	121	9,7
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	7,6	8,2	18,7	179	9,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			520	14,1	15,5	51,7	402	19,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	4,9	6	27,7	183	0,1
Итого			210	9,2	9,7	34,7	262	0,9
Ужин								
2012	449	ОЛАДЬИ	70	5,2	7,7	29	205	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			250	5,3	7,7	35	229	0,1
Всего				38,9	45,7	164,6	1223	21,3



Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88" (корпус 1)
/Борисова О.В./

МЕНЮ

14 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,8	6,4	23,6	175	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/7	2,2	5,8	14,7	120	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	10,7	80	0,5
Итого			437	11,2	14,8	49	375	1
Обед								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	250	6,1	8,6	13,9	164	15,9
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	8,3	9,2	23,2	209	11,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	16,7	18,2	67,1	500	27,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	6,2	7,2	35,5	230	0,1
Итого			280	11,8	12,1	44,8	335	1,1
Ужин								
2012	449	ОЛАДЫ	80	6,1	8,1	31,8	224	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			280	6,2	8,1	38,9	253	0,2
Всего				45,9	53,2	199,8	1463	29,9

Утверждаю



Заведующая

МДОУ "Детский сад №88" (корпус 1)

Борисова О.В./

МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Сад лактозники

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" НА ВОДЕ	200	6,5	8,3	27	210	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
Итого			430	8,8	8,5	55,9	336	0,6
Обед								
		ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ	150	5,3	7,1	11	133	10,1
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,9	12,2	23,9	254	12,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			600	20,1	19,8	90,8	622	22,4
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	8,3	7,5	58,2	334	0,2
Итого			280	8,4	7,5	72,5	391	0,2
Ужин								
2012	449	ОЛАДЫ	80	6,8	9,6	42,2	283	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
Итого			280	6,9	9,6	56,5	340	0
Всего				44,2	45,4	275,7	1689	23,2