

Утверждаю



Заведующая

МДОУ "Детский сад №88" (корпус 1)

/Борисова О.В./

МЕНЮ

15 марта 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,8	21	153	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	11,6	83	0,5
Итого			365	9,4	12,6	47,2	341	1
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ	150	5,4	5,3	10,1	111	3,1
		РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	4,3	23,9	144	0
		КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,5	8,9	2,9	122	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			530	16,9	18,8	63	487	3,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			200	8,1	8,6	44,2	288	0,8
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	24	16,7	13,9	305	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			360	26,3	16,9	35,5	402	0,2
Всего				60,7	56,9	189,9	1518	5,4

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88" (корпус 1)

Борисова О.В./



МЕНЮ
15 марта 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,4	6,6	26,4	184	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/7	3	5,8	19,6	143	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
Итого			447	10,6	15	57,7	411	1
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ	250	7,7	7	16,5	160	4,7
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,3	33,3	193	0
		КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	8,6	9,8	4,9	141	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	21,7	22,5	87,6	633	5
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								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	28,8	19,8	16,6	366	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			420	31,9	20	45,1	494	0,3
Всего				73,6	67,3	236,9	1852	7,3

Утверждаю

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



МЕНЮ

15 марта 2024 г.

Сад лактозники

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,2	33,3	192	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
Итого			370	6,2	5,4	67,1	341	0
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ	250	9,3	5,1	19,4	162	5,2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,2	33,3	192	0
		КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,9	10,8	5	160	0,4
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			700	26,2	21,6	113,6	749	5,6
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	3,9	4,9	51,5	266	0
Ужин								
2008	224	ТВОРОГ С САХАРОМ	100	17,9	10,6	15,1	232	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			340	21	10,8	48,9	381	0,2
Всего				57,3	42,7	281,1	1737	5,8