

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
29 марта 2024 г.

**Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,5	7,4	24,2	190	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	5,5	4,4	20,6	145	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	12,3	83	0,5
<b>Итого</b>			<b>452</b>	<b>15</b>	<b>14,2</b>	<b>57,1</b>	<b>418</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,7	71	15
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>71</b>	<b>15</b>
<b>Обед</b>								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,7	6	16,5	143	4,9
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	4,5	33,3	186	0
		ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	0,4	8,7	2,9	124	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>19,5</b>	<b>19,6</b>	<b>84,7</b>	<b>588</b>	<b>5,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	80	6,3	7,7	35,7	237	0,1
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>11,9</b>	<b>12,6</b>	<b>45</b>	<b>342</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,4	25,4	2,9	302	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>18,5</b>	<b>25,6</b>	<b>30,5</b>	<b>426</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>65,5</b>	<b>72,6</b>	<b>232</b>	<b>1845</b>	<b>22,4</b>



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

## МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,1	6,2	17	145	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	2,9	2,4	11,1	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,4</b>	<b>12,2</b>	<b>43,5</b>	<b>336</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,7	71	15
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>71</b>	<b>15</b>
<b>Обед</b>								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	5,3	9,9	104	3
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,7	4,4	28,2	163	0
		ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6	6,3	2,1	88	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНС-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>14,6</b>	<b>16,3</b>	<b>66,3</b>	<b>465</b>	<b>3,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	4,9	6,6	27,7	189	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>9,2</b>	<b>10,3</b>	<b>34,7</b>	<b>268</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40					0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	12,2	26,6	2,5	298	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
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>14,5</b>	<b>26,8</b>	<b>24,1</b>	<b>395</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>51,3</b>	<b>66,2</b>	<b>183,3</b>	<b>1535</b>	<b>20,5</b>