

Утверждаю



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

# МЕНЮ

12 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,1	6,2	18	149	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,8	2,8	15,4	102	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,9	2,4	10,2	75	0,5
<b>Итого</b>			<b>337</b>	<b>11,8</b>	<b>11,4</b>	<b>43,6</b>	<b>326</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
		УХА	150	3,3	4,1	6,6	77	3,3
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,2	5,7	7,1	90	19,5
2008	271	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ	60	7,3	11,1	0,5	131	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>14,6</b>	<b>21,2</b>	<b>38,4</b>	<b>400</b>	<b>23,3</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1,6</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>104</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ	100/30	14,7	12,7	18,2	249	0,4
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			22,3	89	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>16,9</b>	<b>12,9</b>	<b>55,1</b>	<b>407</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>44,9</b>	<b>47,5</b>	<b>157,1</b>	<b>1237</b>	<b>24,7</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
12 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>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,7	9,2	24,5	208	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5	3,8	20,1	135	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	11,3	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>14,7</b>	<b>15,4</b>	<b>55,9</b>	<b>422</b>	<b>1,2</b>
<b>Обед</b>								
		УХА	250	5,4	5,3	10,7	113	5,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,1	5,8	9,7	105	27,8
2008	271	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ	80	8,2	12,8	0,6	150	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,4	25,5	110	0
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>19,1</b>	<b>24,3</b>	<b>52,3</b>	<b>501</b>	<b>33,7</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>1,6</b>	<b>2</b>	<b>21</b>	<b>108</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ	150/40	18,1	14,3	29,7	321	0,5
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			20,3	81	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>21,1</b>	<b>14,5</b>	<b>69,5</b>	<b>494</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>56,5</b>	<b>56,2</b>	<b>198,7</b>	<b>1525</b>	<b>35,4</b>

Утверждаю



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

# МЕНЮ

12 марта 2024 г.

## Сад лактозники

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	1,6	27,5	148	0
2008		БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>9,1</b>	<b>2,8</b>	<b>55,2</b>	<b>282</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
		УХА	250	7,8	5	13	134	6,5
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,8	4,3	9,8	93	27
2008	271	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ	80	15,8	18,4	6,6	258	0
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
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>30,3</b>	<b>28,2</b>	<b>85,3</b>	<b>720</b>	<b>33,5</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>1,6</b>	<b>2</b>	<b>29,2</b>	<b>140</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ	150/40	13,1	11,4	31,3	282	0,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			28,2	113	0
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>16,1</b>	<b>11,6</b>	<b>79</b>	<b>487</b>	<b>0,1</b>
<b>Всего</b>				<b>57,1</b>	<b>44,6</b>	<b>248,7</b>	<b>1629</b>	<b>33,6</b>