

Согласовано

Администрация городского округа Саранск
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №78 комбинированного вида»
адрес: 43001 МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
тел(факс) 8(8342)73-01-01 /Власова Т.Н./

МЕНЮ email: mdoy78@mail.ru
18 марта 2024 г. от « ___ » _____ 20__ 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	4,1	6,1	30,5	193	0,2
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,5		41	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	14	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
Итого			356	6,2	11,4	50,4	330	0,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2012	56	ЩИ НА КБ СО СМЕТАНОЙ	150	4,7	7,2	9,4	125	13,4
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	130	9,1	12,2	21,5	232	11
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			470	16,5	19,8	53,9	463	24,4
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	30	0,8	1	22,5	103	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,1	4,4	8,4	95	1
Итого			200	5,9	5,4	30,9	198	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	10,5	16,4	4,4	215	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,4	68	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	10,1	73	0,5
Итого			360	15,5	18,9	28,9	356	0,9
Всего			44,9	55,7	179,3	1416	26,5	

Согласовано

МЕНЮ

18 марта 2024 г.

от « ___ » _____ 20__ 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		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,5	6,2	33,2	207	0,2
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,4	0,1	58	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,2	1,2	21,7	111	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			408	7,8	13,8	62	405	0,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,5	75	0
Итого			150	0,8	0,2	16,5	75	0
Обед								
2012	56	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	8,6	10,2	144	14,7
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	150	9,7	13,1	21,5	242	11,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			560	18,6	22,2	61,3	523	25,8
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	50	1,4	1,6	37,5	172	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	111	1,1
Итого			250	7,3	6,7	47,3	283	1,1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	160	11,9	18,8	4,6	242	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,1	86	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,5	84	0,5
Итого			400	17,7	21,4	35,2	412	1
Всего				52,2	64,3	222,3	1698	28,1