

Согласовано

Администрация городского округа Саранск
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №78 комбинированного вида»
МДОУ «Детский сад №78 комбинированного вида»
адрес 430020 Саранск, ул. Пушкина, д. 78
тел(факс) 8(8342)73-6133 /Власова Т.Н./
e-mail mdoy78@mail.ru

МЕНЮ

15 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	130	4,6	5,8	21,5	158	0,4
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	10	71	0,4
Итого			316	9,4	13,9	46,9	353	0,8
II Завтрак								
2012	225	БЛИНЧИКИ	100	5,4	5,9	27,5	185	0,1
Итого			100	5,4	5,9	27,5	185	0,1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА КБ СО СМЕТАНОЙ	150	4,7	7,2	11,6	133	4,5
2012	289	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ	130	9,6	13,6	20,3	241	15,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,4	19,1	92	0
Итого			470	17,3	21,2	56,8	489	20,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3	3,9	31,6	167	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	7,3	7,6	38,6	246	0,8
Ужин								
2012	225	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	3,9	6	19,3	149	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			360	5,8	6,2	37,4	230	0,4
Всего				45,2	54,8	207,2	1503	22,3

Согласовано

Администрация городского округа Саранск
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №78 комбинированного вида»
адрес: 430000 МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
тел(факс) 8(8342)73-04-83 /Власова Т.Н./
email: mdo78@mail.ru

МЕНЮ
№ _____ от « _____ » _____ 20 _____ г.

15 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 ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	5	6	23,3	168	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2,9	1,1	19,5	100	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	11,1	77	0,5
Итого			378	10,6	16	54	405	1
II Завтрак								
2012	225	БЛИНЧИКИ	100	5,2	7,5	26,9	196	0,1
Итого			100	5,2	7,5	26,9	196	0,1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА КБ СО СМЕТАНОЙ	200	5,5	8,9	14,8	168	4,4
2012	289	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ	150	12,1	16,8	21,6	286	20,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	21,6	104	0
Итого			600	21	26,1	64,8	585	24,6
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	2,4	1,9	30	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	7,4	6,3	38,3	240	0,9
Ужин								
2012	225	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	160	4,4	4,6	21,7	146	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,6	78	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			400	7	4,8	45,4	253	0,4
Всего				51,2	60,7	229,4	1679	27