

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №86"
Ивлиева Е.В./



МЕНЮ
2 апреля 2024 г.

Ясли 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	5,4	6,1	20	157	0,5
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/4	3,2	6,8	15,4	135	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	1,9	11,7	75	0,4
Итого			340	11	14,8	47,1	367	0,9
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,9	2	4,3	39	2,1
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,2	6,6	12,9	135	4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,5	3,3	16,5	106	7,9
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	8,7	10,4	2,1	137	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,3	83	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,9	28	0
Итого			570	20	22,7	60	528	14,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	485	ПЛЮШКА С САХАРОМ	60	6,3	6,2	34,6	219	0,1
Итого			210	10,6	9,9	41,6	298	0,9
Ужин								
2008	224	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	130/20	18,8	14,2	28,1	319	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,1	29	0
Итого			330	21,1	14,4	49,8	417	0,3
Всего				62,7	61,8	198,5	1610	16,4