

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./

МЕНЮ
15 апреля 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	212	МАКАРОННИК С СЫРОМ	180/9	6,7	6,1	30,7	205	0
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ	40/8	3,1	7,8	21,1	166	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
Итого			437	9,9	13,9	59,8	403	0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,4	0,1	0,9	7	2,6
2008	95	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,8	7,7	11	137	10,5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,2	16	34	329	1,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,4	0,5	21,8	105	0
Итого			710	20,8	24,3	75,4	609	14,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,7	4,9	9,4	106	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	8	7,8	31,7	231	1
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	6,4	5,8	0,4	79	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,1	6,8	9,3	112	29,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,3	19,7	93	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	12,5	87	0,5
Итого			470	15,6	15,5	41,9	371	30,4
Всего				54,3	61,5	208,8	1614	45,9

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"
Ивлиева Е.В./



МЕНЮ
15 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								
2008	212	МАКАРОННИК С СЫРОМ	150/7	5,3	4,6	24	159	0
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,8	15,5	132	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,1	29	0
Итого			344	7,7	11,4	46,6	320	0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,6	5	1,7
2008	95	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,3	6,6	9,7	120	9,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,3	13,1	26,3	265	1,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			530	17,6	20,1	61,1	503	12,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7,1	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	6,6	6,6	29,4	204	0,8
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	6,4	5,8	0,4	79	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,6	5,2	7,7	91	25,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,4	11,2	79	0,5
Итого			380	14	13,6	33,9	318	25,9
Всего				45,9	51,7	171	1345	39