

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

И/О Стешина С.М.

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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	3,2	5,5	23,5	157	0,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	13,7	70	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
Итого			356	5,3	11,3	43,3	297	0,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
Итого			150	0,8	0,2	16,8	77	0
Обед								
2012	56	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,9	7,5	9,6	130	13,2
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	130	9,3	11,7	20,8	226	10,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			470	16,8	19,6	53,2	461	24
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	30	0,7	0,8	17,5	80	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			200	6,3	5,7	26,8	185	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	11,6	16,9	4,9	226	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	2,5	11,1	81	0,6
Итого			360	16,3	19,5	25,7	353	1,1
Всего				45,5	56,3	165,8	1373	26,2

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
М/О Стешина С.М.**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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,4	6,6	32,9	209	0,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,5	0,1	68	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
Итого			408	7,5	15,3	60,6	410	0,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,8	72	0
Итого			150	0,8	0,2	15,8	72	0
Обед								
2012	56	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	180	5,2	8,7	10	144	12,8
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	150	10,2	14,4	21,7	256	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			560	18,7	23,5	59,7	529	24
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	50	0,7	0,8	18,7	86	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	5,1	9,9	111	1,1
Итого			250	6,7	5,9	28,6	197	1,1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	160	11,7	19,4	4,9	248	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,5	87	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	2,5	12,8	87	0,6
Итого			400	17,7	22,1	36,2	422	1,1
Всего				51,4	67	200,9	1630	26,3