

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

Ивлиева Е.В./



МЕНЮ
4 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

15
16

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,3	5,1	23,2	157	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/7	2,2	5,7	14,7	119	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	1,9	11,4	73	0,4
Итого			337	8,9	12,7	49,3	349	0,9
Обед								
к/к	к/к	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,7	3,3	2,9	45	1,1
2008	76	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,7	6,4	11,9	129	10,3
2012	336	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,5	13	19,1	236	9,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,2	83	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
Итого			530	18,6	23,1	57,8	520	21
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7,1	80	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	6,2	6,7	34,8	224	0,1
Итого			210	10,5	10,4	41,9	304	0,9
Ужин								
2012	237	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	130	19	14,3	14,4	264	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
к	к/к	КИСЕЛЬ	150			16,4	66	0
Итого			310	21,3	14,5	45,9	401	0,3
Всего				59,3	60,7	194,9	1574	23,1