БОРИСОВА
ОЛЬГА
ВЛАДИМИРОВНА

Подписано цифровой подписью: БОРИСОВА ОЛЬГА ВЛАДИМИРОВНА
Дата: 2024.03.14 10:48:12 +03'00'

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"(корпус 1)
/Борисова О.В./

МЕНЮ

11 марта 2024 г.

Ясли 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	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	110	2,3	3,6	32,4	171	0
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,8	2,8	15,4	102	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			**327**	**6,2**	**6,4**	**53,8**	**297**	**0**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,3	0,3	6,5	31	6,6
Итого			**100**	**0,3**	**0,3**	**6,5**	**31**	**6,6**
Обед								
		СУП ОВОЩНОЙ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,5	6,4	11,4	131	3,9
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	9,9	12,6	12,4	204	18,2
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			23,2	93	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			**520**	**17,2**	**19,3**	**66,3**	**511**	**22,1**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПИРОГ С ЯБЛОКОМ	60	3,8	6,3	25,2	173	0,9
Итого			**210**	**8,1**	**10**	**32,2**	**252**	**1,7**
Ужин								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,2	3,6	20,6	127	0
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	60/30	7,5	2,8	2,8	67	0,4
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	10,6	79	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			**400**	**16**	**9,2**	**48,6**	**342**	**0,9**
Всего				**47,8**	**45,2**	**207,4**	**1433**	**31,3**

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"(корпус 1)
_____ /Борисова О.В./

МЕНЮ

11 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	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	150	3,2	4,5	45,1	234	0
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5,1	3,9	20,6	138	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			**400**	**8,4**	**8,4**	**72,8**	**401**	**0,1**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,3	0,3	6,5	31	6,6
Итого			**100**	**0,3**	**0,3**	**6,5**	**31**	**6,6**
Обед								
		СУП ОВОЩНОЙ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	250	8	7,7	17,2	177	6,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	11,3	15,1	15	243	23,1
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			26,1	104	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			**700**	**21,6**	**23,2**	**82,5**	**628**	**29,2**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ПИРОГ С ЯБЛОКОМ	80	5,4	8,3	30,7	219	1,1
Итого			**280**	**11**	**13,2**	**40**	**324**	**2,1**
Ужин								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,1	3,8	33,1	188	0
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	70/40	8,4	3,8	4	83	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			**490**	**18,9**	**10,4**	**63,4**	**424**	**1,1**
Всего				**60,2**	**55,5**	**265,2**	**1808**	**39,1**

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"(корпус 1)
_____ /Борисова О.В./

МЕНЮ

11 марта 2024 г.

Сад лактозники

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	150	3,3	10,2	49,5	305	0
2008		БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
Итого			**390**	**6,4**	**11,4**	**84,4**	**467**	**0**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			**100**	**0,4**	**0,4**	**8,6**	**41**	**8,8**
Обед								
		СУП ОВОЩНОЙ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА К/Б	250	9,5	8,5	20,5	199	12,9
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,5	14,8	14,5	250	23,3
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			28,2	113	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			**700**	**26,3**	**23,7**	**87,4**	**666**	**36,2**
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
		ПИРОГ С ЯБЛОКОМ	80	5,3	7,2	30,5	208	3,2
Итого			**280**	**5,4**	**7,2**	**44,8**	**265**	**3,2**
Ужин								
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	3,7	33,1	187	0
		РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ	70/40	8,4	3,8	4	83	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			**490**	**15,8**	**7,7**	**66**	**396**	**0,6**
Всего				**54,3**	**50,4**	**291,2**	**1835**	**48,8**