



МЕНЮ
27 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	189	КАША ОВСЯННАЯ С МАСЛОМ	140	5,2	7	20,1	165	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,2	0,1	47	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2	0,8	13,5	69	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,7	10,7	82	0,6
Итого			356	10,6	15,7	44,4	363	1,2
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	15,9	76	16,2
Итого			150	0,6	0,6	15,9	76	16,2
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,5	6,9	8,6	118	10,8
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	7,9	12,3	23,4	236	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,6	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,7	81	0
Итого			470	15	19,5	54,3	457	11,3
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	30	3,5	2,8	13,1	92	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,5	3,8	7,4	83	0,8
Итого			200	8	6,6	20,5	175	0,8
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	4,6	22	0,5
2008	239	РЫБНАЯ ЗАПЕКАНКА ПО ПОЛЬСКИ	160	9	8,1	5,9	134	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,8	60	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			400	11,7	8,4	29,1	240	0,8
Всего				45,9	50,8	164,2	1311	30,3



МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т.Н./

МЕНЮ
27 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	189	КАША ОВСЯННАЯ С МАСЛОМ	160	5,7	7,5	23,2	184	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,3	0,1	67	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,1	1,2	21,1	108	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	11,7	85	0,5
Итого			408	12,1	18,7	56,1	444	1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,7	0,7	16,3	78	16,6
Итого			150	0,7	0,7	16,3	78	16,6
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,5	7,7	11,5	141	14,6
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	9,2	13,7	29,5	278	0,6
2008	402	КОМПЛОТ 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	21,8	69	548	15,2
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5,5	4,5	20,5	145	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	11,1	9,4	29,8	250	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	0,1	4	19	0,4
2008	239	РЫБНАЯ ЗАПЕКАНКА ПО ПОЛЬСКИ	180	10,6	7,2	7,9	141	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19	90	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	14,2	7,5	38	279	0,9
Всего				56,1	58,1	209,2	1599	34,7