

Согласовано

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

МЕНЮ

24 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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 МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	5	6,2	22,6	167	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	4,9			44	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	1,7	0,7	11,7	60	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	5,9	24	0	0
Итого			356	6,8	11,8	40,2	295	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2012	56	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА КЪБ	150	4,8	7,6	8,8	126	13,1
2008	272	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	3,8	5,2	20,6	145	9,5
2008	256	ГУЛЯШ ИЗ КРИЦЫ	50	8,1	10,3	7,4	173	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150		5,7	23	0	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,4	19,3	93	0
Итого			500	19,7	23,5	61,8	560	24,3
Полдник								
2008		ТРЕНКА С СЫРОМ	50	4,1	3,9	11,3	97	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,1	4,4	8,4	95	1
Итого			220	9,2	8,3	19,7	192	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3		2	10	0,4
2008	444	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	10,7	12,7	2,4	220	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	11,1	52	0
к/к	к/к	ЧЕРНЫЙ КОФЕ	180	0,1	4,7	0	19	0
Итого			390	12,7	12,8	20,2	251	0,7
Всего			49,2	56,6	157,1	1417	26,6	

Согласовано

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

МЕНЮ

24 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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 МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	5,3	6,5	25,1	230	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		2	0,1	65	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,2	1,2	21,7	111	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	6,8	27	0	0
Итого			408	8,6	14,9	53,7	433	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	19,5	89	0
Итого			180	1	0,2	19,5	89	0
Обед								
2012	56	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА КЪБ	180	6,1	10,8	10,1	216	16,3
2008	272	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,9	6,1	21,2	206	9,6
2008	256	ГУЛЯШ ИЗ КРИЦЫ	70	9,4	12,5	8,1	182	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		6,9	28	0	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,7	0,5	23,6	113	0
Итого			610	23,1	29,9	69,9	745	27,6
Полдник								
2008		ТРЕНКА С СЫРОМ	50	4,8	4,1	16,6	123	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	10,4	9	25,9	228	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6		3	15	0,8
2008	444	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	12,4	12,1	2,9	224	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,2	76	0
к/к	к/к	ЧЕРНЫЙ КОФЕ	200	0,2	6,6	27	27	0
Итого			430	15,7	12,3	28,7	342	1,2
Всего			58,8	66,3	197,7	1837	30,4	