

МЕНЮ
 1 августа 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	140	5	6,1	22,1	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,4	0,9	16,4	84	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	11,1	79	0,5
Итого			356	10,3	14,4	49,6	373	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,2	74	0
Итого			150	0,8	0,2	16,2	74	0
Обед								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,3	8,4	8,7	136	4
2008	285	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	130	8,8	12,6	23,9	244	1,5
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	16,7	21,4	55,4	485	5,5
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	50	4,8	3,4	28,2	162	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,1	3,5	6,8	76	0,8
Итого			200	8,9	6,9	35	238	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	140	15,7	13,8	14,2	239	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,6	60	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			400	17,7	14	39	348	0,3
Всего				54,4	56,9	195,2	1518	7,7



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

МЕНЮ
1 августа 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 ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	160	5,1	5,9	22,3	164	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,1	0,1	55	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,3	12,1	81	0,5
Итого			408	10,9	15,5	55,1	405	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,2	74	0
Итого			150	0,8	0,2	16,2	74	0
Обед								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,3	11,3	10,9	178	5,2
2008	285	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	150	10,1	16	30,9	307	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,1	92	0
Итого			560	19,4	27,7	67,7	604	6,7
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	70	5,9	5,5	37,3	221	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	4,2	8	90	0,9
Итого			250	10,8	9,7	45,3	311	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			4,7	19	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	160	18,1	15,2	16,6	271	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2	0,2	13	62	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	20,2	15,4	41,4	381	0,4
Всего				62,1	68,5	225,7	1775	9,2