

Согласовано

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

3 мая 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	4,8	6,9	18,5	156	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	150	3,4	2,7	10,7	82	0,6
Итого			356	15,3	20,2	43,1	417	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,9	73	0
Итого			150	0,8	0,2	15,9	73	0
Обед								
2008	90	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б	150	3,1	4,9	9,6	96	4,6
2012	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	13,1	17,7	14,1	270	34,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,6	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,6	75	0
Итого			470	18,6	22,9	44,9	463	39,4
Полдник								
2012	468	БУЛОЧКА	50	5	3,9	29,9	174	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3,8	7,3	81	0,8
Итого			200	9,4	7,7	37,2	255	0,9
Ужин								
к/к	к/к	ТОМАТНЫЙ ПОДЛИВ	50	0,6		3,5	17	1,2
2012	211	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	140	13,1	12,2	3,4	179	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,6	50	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			400	15,4	12,3	23,3	270	1,7
Всего				59,5	63,3	164,4	1478	43,2

Согласовано

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

3 мая 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								
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	213	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,8	7,3	23,6	183	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,9	0,1	63	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	19,9	102	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	11,7	85	0,5
Итого			418	17,1	22,6	55,6	496	1
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	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б	200	4,6	7,2	10,4	124	5,1
2012	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	70	10,4	14	10,5	211	31,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			520	17,9	21,6	47	455	36,2
. Полдник								
2012	468	БУЛОЧКА	70	5,9	4,6	37,6	215	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	10,9	9	45,9	309	1
Ужин								
к/к	к/к	ТОМАТНЫЙ ПОДЛИВ	50	0,8	0,1	5,1	25	1,2
2012	211	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	15,3	12	3,5	188	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,9	84	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0
Итого			450	19	12,3	33,6	326	1,7
Всего				65,7	65,7	197,3	1655	39,9