

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 (комбинированного вида)"
Ильинский район, с/пос. Власова Т. Н./

МЕНЮ
4 октября 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,7	20,6	152	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	3	1,2	20,6	105	0
	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	11,1	75	0,5
Итого			366	10,1	14,1	52,3	377	1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,7	0,7	17,2	83	17,6
Итого			150	0,7	0,7	17,2	83	17,6
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,5	6,3	10	119	4,6
2008	285	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	5,7	20,4	170	0
2008	285	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	50	9,9	10,4	10,8	175	0,6
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			500	25,9	22,8	64	569	5,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	15,3	81	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			200	7,1	6,8	24,6	186	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,9	0,1	7,1	33	1,1
2008	238	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	11,8	10,4	2,5	153	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			390	15	10,7	30,2	279	1,5
Всего				58,8	55,1	188,3	1494	26,3

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

МЕНЮ
 4 октября 2024 г.
 Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	160	4,7	5,7	22,4	200	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	19,6	100	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	11,9	79	0,5
Итого			408	10,3	15,6	54	439	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	13,8	63	0
Итого			150	0,7	0,1	13,8	63	0
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,1	6,8	11,6	132	5,3
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	6,7	24,2	202	0
2008	299	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,5	10,7	6,4	159	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	29	24,6	70,2	622	6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,7	3,6	28,5	151	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,1	4,4	8,4	95	1
Итого			250	7,8	8	36,9	246	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,5		3,2	16	0,8
2008	238	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	13,4	10,9	2,7	265	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	17,1	81	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
Итого			430	16,6	11,1	30	390	1,2
Всего				64,4	59,4	204,9	1760	9,2