



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

МЕНЮ
5 марта 2025 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	5	6,1	22,1	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			356	10,3	14,4	49,1	370	1
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	3,9	6,1	7,3	204	1,7
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	8,9	12,4	8	181	23,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,3	25	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			470	15,4	18,9	38,6	492	24,9
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	3,8	2,9	14,9	102	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	4,6	3,1	30,1	171	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	40			0,5	2	0
2008	239	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	11,9	10,1	2,6	251	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,1	8,8	41	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			400	13,3	10,2	17,9	318	0,4
Всего				43,6	46,6	135,7	1351	26,3

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

Власова Т. Н./

МЕНЮ
5 марта 2025 г.

Сад 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 МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,9	5,9	22,4	163	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,4	0,1	58	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	19,7	100	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,2	12,7	82	0,5
Итого			408	10,6	15,6	54,9	403	1
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,8	7,5	10,4	234	2
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	10,7	12,5	11,4	253	35,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			600	18,8	20,4	50,3	618	37,4
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	4,5	3,3	19,1	126	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,7	81	0
Итого			200	5,4	3,5	36,8	207	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30			0,5	2	0
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	13,2	11,3	3	170	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	14,8	70	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			450	15,6	11,5	25,3	271	0,4
Всего				50,4	51	167,3	1499	38,8