



МДОУ "Детский сад №26 комбинированного вида" г. Власова Т.Н.

МЕНЮ

5 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	4,4	5,8	20,7	153	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,4	0,9	16,4	84	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			356	6,9	11,7	43,1	306	0,5
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								
2012	56	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5	7,6	9,3	131	12,1
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,4	6,8	19,8	158	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	8,2	9,4	6,2	141	1,3
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	20,2	24,2	58,1	535	13,4
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	2,5	3,3	27	142	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,5	3,9	7,5	84	0,8
Итого			200	7	7,2	34,5	226	0,8
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	10,4	16,3	3,9	212	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,6	60	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,5	2	10,2	70	0,4
Итого			360	14,8	18,5	26,7	342	0,8
Всего				49,7	61,8	178,6	1483	15,5



МЕНЮ
5 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,8	6,2	23,3	208	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,3	0,1	67	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,3	1,3	22,8	116	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,2	29	0
Итого			408	8,2	14,8	53,4	420	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18	82	0
Итого			150	0,9	0,2	18	82	0
Обед								
2012	56	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6	9,9	14,9	179	15,8
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6,8	21,9	168	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8	10,7	5,7	149	1,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,7	0,5	23,6	113	0
Итого			610	22,6	27,9	73	637	17,4
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,5	3,3	26,8	141	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,1	8,2	36,1	246	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	160	11,2	18,3	4,4	234	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,5	68	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,2	12,9	84	0,5
Итого			400	16,3	20,7	31,8	386	0,9
Всего				56,1	71,8	212,3	1771	19,8