

Согласовано

МДОУ "Детский сад №79 комбинированного вида"
Власова Т. Н.



МЕНЮ
5 ноября 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								
2012	93	КАША ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	130	5,2	6,1	23,1	170	0,8
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,9	2,4		29	0,1
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			348	12,4	11,8	50,1	359	1,4
Обед								
2008	83	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,2	6	11,1	119	5,7
2008	299	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,2	5,5	20,6	145	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	8	9,1	6,2	137	1,7
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	18	21	60,7	506	7,4
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	7,9	5,1	28,3	189	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	12,2	8,8	35,3	268	0,9
Ужин								
2008	224	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	160	4,2	5,8	22,9	161	0,5
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			370	6,5	6	43,5	254	0,5
Всего				49,1	47,6	189,6	1387	10,2

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т. Н./**МЕНЮ**
5 ноября 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	93	КАША ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,1	6,6	27,5	195	1,1
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,1		27	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,8	85	0,5
Итого			398	13,8	12,3	60,9	412	1,7
Обед								
2012	56	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	4,7	8,8	10,1	193	5,1
2008	299	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,3	5,6	27,4	178	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8	10,1	6,1	146	1,7
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	20,3	24,9	71,6	646	6,8
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,1	5,3	38,2	235	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	14,1	9,7	46,5	329	1
Ужин								
2008	224	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,4	5,8	26,4	177	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			420	7,6	6	53,6	301	0,5
Всего				55,8	52,9	232,6	1688	10