

МДОУ "Детский сад № 76 комбинированного вида"
 (Власова Т. Н.)



МЕНЮ
 6 февраля 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	140	4,2	4,9	18	134	0,4
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,3	3		36	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	13,7	70	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2	1,7	9	60	0,4
Итого			358	10,5	10,4	40,7	300	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
Итого			150	0,8	0,2	16,8	77	0
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,3	6,4	10,6	120	2,8
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	3,4	3,9	21	133	10
2008	299	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	50	7,5	8,1	8,2	135	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	17,8	18,8	62,6	493	13,4
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	50	4,9	2,6	28,9	158	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,9	77	0,8
Итого			200	9,1	6,2	35,8	235	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			5,1	21	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	160	11,7	10,8	16,2	206	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	10	47	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
Итого			420	13,3	10,9	37,4	299	0,3
Всего				51,5	46,5	193,3	1404	15,5



МЕНЮ
6 февраля 2025 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								
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	5,8	6	22,3	167	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,1	2,7		33	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			398	13,9	12,4	54,5	387	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18,7	85	0
Итого			150	0,9	0,2	18,7	85	0
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	8	12,1	145	4
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	4,2	4,7	24,5	157	11,5
2008	299	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	70	9,1	10,2	10,1	167	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,8	105	0
Итого			610	22	23,4	75,3	601	16,2
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	70	6,1	2,9	38,9	206	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	4,3	8,1	92	0,9
Итого			250	11	7,2	47	298	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	225	МАКАРОНИК С ТВОРОГОМ	160	16,6	13,7	20,8	270	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	18,1	85	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	19,4	13,9	52,2	409	0,4
Всего				67,2	57,1	247,7	1780	18,7