

Согласовано

МДОУ "Детский сад № 83 комбинированного вида" Раевского т.н.



**МЕНЮ**  
6 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	4,5	7	17,4	151	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,7	0,1	52	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	1,7	0,7	11,9	61	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,5	10,6	78	0,5
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>14,4</b>	<b>20,5</b>	<b>40,3</b>	<b>405</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62	5,4
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,9</b>	<b>62</b>	<b>5,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	150	6	7,3	14,4	152	4,6
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	130	9,5	11,8	23,7	239	12,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16,3	78	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>18</b>	<b>19,4</b>	<b>60,3</b>	<b>493</b>	<b>16,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	468	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	50	4,8	3,1	39,8	207	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,8	7,4	82	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,3</b>	<b>6,9</b>	<b>47,2</b>	<b>289</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			5,9	24	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	140	15,9	14,9	13,2	248	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,5	59	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>15,1</b>	<b>37,7</b>	<b>356</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>60,1</b>	<b>62,4</b>	<b>198,4</b>	<b>1605</b>	<b>24,5</b>

Согласовано

МДОУ "Детский сад № 73 комбинированного вида"



## МЕНЮ

6 августа 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯИЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,5	7,2	22,1	176	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,8	0,1	62	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,6	1	18	92	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,6	11,7	84	0,5
Итого			418	16,4	22,2	52,2	477	1
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,7	0,7	16,7	80	7
Итого			150	0,7	0,7	16,7	80	7
<b>Обед</b>								
2012	56	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	200	8,2	9,4	15,8	186	4,1
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	150	10,9	14,4	24,8	271	12,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	19,6	94	0
Итого			600	22,2	24,2	67	578	16,9
<b>Полдник</b>								
2012	468	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70	6,5	3,6	55,6	280	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	11,5	8	63,9	374	1
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			5,8	23	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	160	20	18,8	16,9	313	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,3	77	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0
Итого			450	22,7	19	46,1	442	0,4
Всего				73,5	74,1	245,9	1951	26,3