

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т. Н./**МЕНЮ**
7 февраля 2025 г.

Если 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,7	5,9	21,1	157	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			366	10	14,2	48,1	362	1
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	5,8	10,7	117	4,9
2008	285	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	5,6	19,5	164	0
2008	285	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	50	9,6	10	6	151	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			500	26,6	21,8	63,2	557	5,6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	3,7	4,8	38,3	202	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1	0,2	20,2	92	0
Итого			185	4,7	5	58,5	294	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30					0
2008	238	РЫБНО РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	11,8	9	17,4	199	0,9
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		6,2	26	0
Итого			390	13,8	9,2	35,7	282	0,9
Всего				55,1	50,2	205,5	1495	7,5



МЕНЮ
7 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	160	5,1	5,9	23,6	169	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,1	1,2	21,1	107	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,5	84	0,5
Итого			408	11,2	16,1	57,3	420	1
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,1	6,8	12,2	136	5,6
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	5	24,2	186	0
2008	299	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,1	10,2	6,8	154	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,9	110	0
Итого			610	28,9	22,5	72,9	613	6,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,8	3,7	29,9	158	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1	0,2	19,2	87	0
Итого			185	3,8	3,9	49,1	245	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30					0
2008	238	РЫБНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180	12,3	8,8	16,9	197	1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,1	8,5	40	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,1	29	0
Итого			430	13,7	8,9	32,5	266	1
Всего				57,6	51,4	211,8	1544	8,2