

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

/И/О Стешина С.М./

МЕНЮ

7 апреля 2025 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	4,7	5,3	25	168	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,5		41	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,4	0,9	16,4	83	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,4	10,1	74	0,5
Итого			376	9,9	13,1	51,5	366	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,1	73	0
Итого			150	0,8	0,2	16,1	73	0
Обед								
2008	95	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	5,1	9,8	9,8	139	13,5
2012	311	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ	130	9,4	17,1	19,5	235	10,2
2008	40	САЛАТ ИЗ СЛЕСИ С ХОФФРУКТОВ	150			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			470	17,2	27,3	55,4	492	23,7
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	3,4	2,3	34,1	166	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,1	4,4	8,4	95	1
Итого			220	8,5	6,7	42,5	261	1
Ужин								
2008	189	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	12,2	18,2	5,8	243	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,4	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
Итого			370	14,5	18,4	29,2	347	0,6
Всего				50,9	65,7	194,7	1539	26,3

МЕНЮ
 7 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	5,3	6	26,2	181	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,8	0,1	62	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,2	1,2	22	112	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	12,2	88	0,6
Итого			408	11,8	16,7	60,5	443	1,2
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								
2008	95	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	200	6,1	11,7	11	174	14,5
2012	311	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	70	12,2	21,7	27,1	309	13,9
2008	402	САЛАТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			10,4	42	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,2	107	0
Итого			520	21,8	33,9	70,7	632	28,4
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	3,6	2,4	35,7	174	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5	9,8	110	1,1
Итого			250	9,5	7,4	45,5	284	1,1
Ужин								
2008	189	ОМЛЕТ С СЫРОМ	180	12,4	17,9	5,6	241	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,6	88	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,4	38	0
Итого			420	15,3	18,1	33,6	367	0,6
Всего				59,2	76,3	227,1	1803	31,3