



МЕНЮ
7 июня 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	130	4,4	6	20,1	153	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,3	0,1	48	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,1	0,8	14,7	75	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,6	10,9	79	0,5
Итого			316	9,5	14,7	45,8	355	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,2	74	0
Итого			150	0,8	0,2	16,2	74	0
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,6	6,8	12,4	184	4,3
2012	289	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С КУРИЦЕЙ	130	10,7	13,8	22	256	27,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,7	80	0
Итого			470	17,9	20,9	57	544	31,8
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	2,1	0,8	26,6	122	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	3,9	7,5	84	0,8
Итого			200	6,7	4,7	34,1	206	0,8
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7		3,8	18	1
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	10,7	8,6	2,7	133	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,6	55	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			400	13,3	8,7	25	234	1,4
Всего				48,2	49,2	178,1	1413	35



МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т.Н.

МЕНЮ
7 июня 2024 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	5	6,5	23	171	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,8	0,1	71	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2,6	1	17,6	90	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			378	10,6	17,8	52,3	414	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	19,5	89	0
Итого			180	1	0,2	19,5	89	0
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	9	14,9	269	4,5
2012	289	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С КУРИЦЕЙ	150	11,5	15,9	21,7	277	26,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,3	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			600	20,5	25,3	66,1	681	30,9
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	2,6	1	29,4	137	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,2	5,9	38,7	242	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6		3,8	18	0,6
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	180	13	11,3	3,2	269	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,1	0,2	14	66	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,8	32	0
Итого			450	15,8	11,5	28,8	385	1
Всего				56,1	60,7	205,4	1811	33,9