

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

МЕНЮ
 8 ноября 2024 г.
 Ясли 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	130	4,5	5,6	20,3	151	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	10	1,6	2,1		26	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,8	81	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	10,5	76	0,5
Итого			320	11,3	11	46,6	334	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,5	71	0
Итого			150	0,8	0,2	15,5	71	0
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,7	7,3	11,2	132	5,9
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	3,2	6,3	9,2	108	29
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	50	8,3	10	6,5	149	0,7
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
Итого			520	18,7	23,9	49,1	491	35,6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,9	3,8	30,4	160	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3,7	7,2	81	0,8
Итого			200	7,3	7,5	37,6	241	0,8
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30		0,1	20,2	81	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	150	6,4	7,3	35,2	232	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1	6,1	25	0
Итого			400	7	7,3	65,7	357	0,9
Всего				45,1	49,9	214,5	1494	38,3

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

МЕНЮ
8 ноября 2024 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 С МАСЛОМ	150	5,1	6,3	24	174	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	12	2,3	2,9		36	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			382	13,4	12,9	56,2	397	1,1
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	200	5,2	8,9	8,7	141	4,6
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	3,3	7,4	9,7	121	30,7
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,6	11,7	9,7	182	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	20,1	97	0
Итого			650	21,2	28,4	55	568	36
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,2	4,1	33,2	175	0
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,8	9	42,5	280	1
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		20,2	81	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	160	9,2	9,5	49,7	348	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			450	10,1	9,6	82,6	458	1,5
Всего				54,3	60,1	252,5	1777	39,6