

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



МЕНЮ
10 сентября 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								
2012	93	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	130	4,8	7,7	21,8	178	0,8
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,6	2		25	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	1,9	0,7	12,9	66	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,2	11,7	80	0,5
Итого			348	11,2	12,6	46,4	349	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2008	83	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	150	4,3	6	12	123	6,2
2008	259	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ	130	9,3	14,3	23	257	11,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			470	16,5	20,7	59,5	493	17,9
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	50	5,2	4	28,7	172	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,9	3,3	6,4	72	0,7
Итого			200	9,1	7,3	35,1	244	0,8
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			4,9	19	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	12,8	15,3	11,4	232	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,2	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,3	26	0
Итого			400	15,2	15,5	37,8	349	0,3
Всего				52,8	56,3	194	1504	20,3



МЕНЮ
10 сентября 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								
2012	93	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,8	6,8	26,5	191	1
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,9	2,4		29	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,2	1,2	21,7	111	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,3	12,4	82	0,5
Итого			398	13,8	12,7	60,6	413	1,6
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								
2012	56	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	180	4,6	7	10,4	125	5,3
2008	259	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ	150	10,2	13,5	25,3	263	13,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	19,5	94	0
Итого			560	17,9	20,9	62	509	18,4
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	70	5,9	3,5	37,2	204	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,4	95	0,9
Итого			250	10,9	7,9	45,6	299	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			5,6	23	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	160	17,9	15,3	18	275	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,4	96	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,6	31	0
Итого			450	21,1	15,6	51,6	425	0,4
Всего				64,5	57,3	235,3	1717	21,4