

Согласовано

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

## МЕНЮ

10 декабря 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	4,7	6	18,6	149	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	10	2,8	3,6		44	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,6	10,6	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>12,9</b>	<b>13,1</b>	<b>44,6</b>	<b>351</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	150	7,2	8	14	160	3,7
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	130	9,7	12,3	19,2	227	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>19,5</b>	<b>20,7</b>	<b>56</b>	<b>492</b>	<b>13,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	468	ПЛЮШКА	50	4,6	3,3	26,5	155	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7,1	79	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,9</b>	<b>7</b>	<b>33,6</b>	<b>234</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			7,8	31	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	140	24,3	18,8	16,4	325	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>26,7</b>	<b>19</b>	<b>45,4</b>	<b>452</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>68</b>	<b>59,8</b>	<b>179,6</b>	<b>1529</b>	<b>16,3</b>

Согласовано

МДОУ "Детский сад №76 комбинированного вида"  
Власова Т. Н. /

**МЕНЮ**  
10 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,9	8,3	24,1	195	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	10	2,5	3,2		39	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,1	1,2	21,5	109	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	11,6	82	0,5
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>14,5</b>	<b>15,2</b>	<b>57,2</b>	<b>425</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>								
2012	56	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	200	8,3	9,5	15,4	185	3,6
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	150	10,3	14,4	21,9	258	11,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,2	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,5	0,3	15,7	76	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>21,1</b>	<b>24,2</b>	<b>61,2</b>	<b>552</b>	<b>15</b>
<b>Полдник</b>								
2012	468	ПЛЮШКА	70	6,1	3,5	38,7	211	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	4,7	8,8	100	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11,4</b>	<b>8,2</b>	<b>47,5</b>	<b>311</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,8	27	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	160	19,5	18	20,2	316	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		8,5	35	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>22,7</b>	<b>18,3</b>	<b>55,9</b>	<b>474</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>69,7</b>	<b>65,9</b>	<b>221,8</b>	<b>1762</b>	<b>17,6</b>