

Согласовано

МДОУ "Детский сад № 78 комбинированного вида" г. Саранск, ул. Високова Т. Н. /



МЕНЮ
11 сентября 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		
Завтрак								
2008	189	КАША НЕЖНОСТЬ	140	4,6	5,4	18,3	141	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		3,5		32	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,1	0,8	14,7	75	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,8	10,5	82	0,6
Итого			356	10	12,5	43,5	330	1,2
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								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5	7,4	11,8	143	11,9
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,2	11	23,2	224	2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18,2	87	0
Итого			470	16	18,8	58,7	476	13,9
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	10,3	7,7	30,4	229	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,8	7,3	82	0,8
Итого			200	14,8	11,5	37,7	311	0,9
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	1,1	0,1	7,7	36	1,3
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,1	9,4	1,8	142	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	13,9	66	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			390	15,4	9,7	29,2	268	1,6
Всего				57	52,7	184,3	1454	17,6

МДОУ "Детский сад №78" общинного вида" г. Саратова
 Власова Т. Н./



МЕНЮ
 11 сентября 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 НЕЖНОСТЬ	160	5,5	6,6	24,3	179	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,2	1,2	21,7	111	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			408	11,7	16,9	57,7	432	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,7	71	0
Итого			150	0,8	0,2	15,7	71	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,1	7,2	15	256	14,4
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	9,9	13,4	31,3	285	1,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			560	19,1	21	72,9	663	16,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,4	95	0,9
2012	485	БАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,9	5,2	35,9	238	0,1
Итого			250	14,9	10,6	44,3	333	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	4,6	21	0,9
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	13,6	11,1	2,6	166	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	17	80	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
Итого			430	17	11,4	31,2	295	1,3
Всего				63,5	60,1	221,8	1794	19,5