



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

МЕНЮ
11 октября 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	130	4,6	5,8	20,5	154	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,6	10,6	78	0,5
Итого			356	15	18,9	46,8	419	1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5	7,1	15,4	150	5
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	2,8	6,2	8,7	105	25,9
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,6	8,9	8,2	143	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			520	18	22,6	55,1	503	31,5
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,6	3,4	27,7	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	6,9	7,1	34,7	225	0,8
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		19,2	77	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	150	8,8	7,7	48,2	298	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			400	9,5	7,7	78	399	1,2
Всего				49,4	56,3	214,6	1546	34,5

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

Власова Т.Н.



МЕНЮ

11 октября 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3		
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	5,1	5,9	23,6	63	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	169	0,5
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	60	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	11,6	105	0
Итого			418	16,3	20,9	56,2	480	1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	8,9	15,8	181	5,1
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	2,5	7	7,9	147	23
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,4	10,7	8,3	182	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			650	19,8	27	60	639	28,8
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,6	3,4	27,7	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,2	8,3	37	251	1
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		19,2	77	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	160	9,9	9,2	53,7	336	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	10,8	9,3	85,7	442	1,5
Всего				55,1	65,5	238,9	1812	32,3