

Согласовано

МДОУ "Детский сад №7В комбинированного вида" Власова Т. Н./



МЕНЮ
11 ноября 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	4,3	5,8	19,9	149	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			356	6,7	11,7	41,3	297	0,5
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	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,6	6	10,3	120	11,5
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,3	6,2	19,2	150	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,3	8,4	6	128	1,6
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			500	18,8	21	58,3	503	13,1
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	30	0,8	1	22,5	103	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	5,1	4,7	29,5	182	0,8
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ	150	9	14,1	4,9	188	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	2,5	10,9	79	0,6
Итого			360	14,3	16,8	30,4	336	1,1
Всего				45,7	54,4	174,7	1387	15,5

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
/Власова Т. Н./**МЕНЮ**
11 ноября 2024 г.

Сад 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,8	6,2	23,3	168	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,3	0,1	67	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,1	1,2	21,1	108	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			408	8	14,7	51,6	372	0,5
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	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	8,2	11,4	148	12
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	5,3	7,4	24,1	184	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,6	9,7	6,2	146	1,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			610	23,1	25,8	71,3	615	13,8
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	50	1,1	1,3	29,2	134	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	6,7	6,2	38,5	239	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ	160	9,6	14,8	4,8	197	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,5	12,7	86	0,5
Итого			400	15,8	17,5	37,6	378	1
Всего				54,4	64,4	214,2	1673	16,3