

МЕНЮ
 13 августа 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 ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	130	5,2	5,7	23	166	0,8
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,1		26	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,5	1	17,1	87	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	11,3	79	0,5
Итого			348	12,3	11,2	51,4	358	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,3	79	0
Итого			150	0,9	0,2	17,3	79	0
Обед								
2008	83	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	150	4,4	6,2	11,1	123	5,7
2008	259	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ	130	9,3	12	20,7	228	10,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18	87	0
Итого			470	16,5	18,6	55,7	462	16,4
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	5	3,5	38,5	205	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,9	78	0,8
Итого			200	9,2	7,1	45,4	283	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,1	24	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	14,3	13,4	14,2	233	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,3	53	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
Итого			400	16,1	13,5	37,7	335	0,3
Всего				55	50,6	207,5	1517	18,9

Согласовано
МДОУ "Детский сад №78 Комбинированного вида"
Т. П. ПЕТШИНА С.М.



МЕНЮ
13 августа 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								
			150	6,1	6,3	27,3	192	1,1
2012	93	КАША ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	8	1,7	2,2		27	0,1
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	40	3,3	1,3	22,9	117	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	200	2,9	2,4	12,1	82	0,5
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ						
Итого			398	14	12,2	62,3	418	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,3	79	0
Итого			150	0,9	0,2	17,3	79	0
Обед								
2012	56	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	180	4,9	9,4	10,1	150	5,1
2008	259	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ	150	10,1	14,3	21,7	255	11,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,7	109	0
Итого			560	18,5	24,2	61,2	541	16,4
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	6,1	3,4	48,5	249	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	93	0,9
Итого			250	11,1	7,8	56,8	342	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	160	18,1	15,5	18,5	282	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,2	15,5	73	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,9	28	0
Итого			450	20,6	15,7	47,1	408	0,4
Всего				65,1	60,1	244,7	1788	19,5