



МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
МО "СТЕШИНА С.М."

МЕНЮ
14 августа 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	189	КАША НЕЖНОСТЬ	140	4,5	6,1	18,2	146	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,5		41	0
2008	к/к	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	35	2,6	3,4	27,8	147	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	10,3	78	0,5
Итого			361	10,2	16,6	56,3	412	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,4	75	0
Итого			150	0,8	0,2	16,4	75	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5	6,8	11,9	134	12,2
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,2	11,1	23,9	229	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,6	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			470	15,9	18,3	58,6	469	13,9
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	30	3,9	2,9	15,6	105	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4	3,4	6,6	74	0,7
Итого			180	7,9	6,3	22,2	179	0,7
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,8	0,1	5,1	24	0,9
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,4	11,4	3	168	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	14,3	67	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			390	15,4	11,7	28,2	283	1,3
Всего				50,2	53,1	181,7	1418	16,9

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида" И/О СТЕШИНА С.М.

МЕНЮ
14 августа 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	5,6	6,4	24,4	178	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,4	0,1	58	0
2008	к/к	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	35	2,6	3,4	27,7	146	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11,6	83	0,5
Итого			403	11,3	18,8	63,8	465	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,4	75	0
Итого			150	0,8	0,2	16,4	75	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,8	7,7	13	150	15,4
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	9,6	13,6	31,3	285	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	21,6	104	0
Итого			560	18,8	21,7	72,8	567	17,1
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5,6	4,4	21	147	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,4	3,7	7,2	81	0,8
Итого			230	10	8,1	28,2	228	0,8
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,8	0,1	4,8	23	0,8
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	12,8	11,1	3	167	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			430	16,7	11,4	34,4	311	1,2
Всего				57,6	60,2	215,6	1646	20,1