

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
14 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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>6,7</b>	<b>11,7</b>	<b>41,3</b>	<b>297</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>69</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	3,9	6,3	7,7	105	6,7
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,3	6,4	19,2	151	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,3	8,4	5,3	125	1,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>18,1</b>	<b>21,5</b>	<b>55</b>	<b>486</b>	<b>8,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛЯ	30	0,8	1	22,5	103	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,3	3,7	7	79	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,1</b>	<b>4,7</b>	<b>29,5</b>	<b>182</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	444	ОМЛЕТ	150	8,3	13,5	3,7	176	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,4	1,9	9,7	66	0,4
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,5</b>	<b>15,6</b>	<b>25,5</b>	<b>299</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>43,2</b>	<b>53,7</b>	<b>166,5</b>	<b>1333</b>	<b>10,2</b>

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"  
/Власова Т. Н./**МЕНЮ**  
14 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,8	6	23,3	167	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7	0,1	64	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2,8	1,1	19	97	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
<b>Итого</b>			408	7,7	14,1	49,4	357	0,5
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,7	76	0
<b>Итого</b>			150	0,8	0,2	16,7	76	0
<b>Обед</b>								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,7	8,1	12,5	151	12,8
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	7,2	21,9	172	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,2	10,2	6,3	188	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	23,3	112	0
<b>Итого</b>			610	22,4	26	70,8	650	14,5
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛЯ	50	1	1,2	26,3	120	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
<b>Итого</b>			250	6,6	6,1	35,6	225	1
<b>Ужин</b>								
2008	444	ОМЛЕТ	160	9,3	15,9	4,5	205	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,3	86	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,3	12,2	81	0,5
<b>Итого</b>			400	14,9	18,4	35	372	0,9
<b>Всего</b>				52,4	64,8	207,5	1680	16,9