

Согласовано

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



МЕНЮ
15 января 2025 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	4,7	6,3	19,2	152	0,5
			6		5		45	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30	2	0,8	13,7	70	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	180	3,3	2,7	10,7	81	0,5
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	356	10	14,8	43,6	348	1
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
			150	0,8	0,2	16,8	77	0
Итого								
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,8	9,5	12,9	164	12,4
			130	9,9	15,3	27,1	286	2,3
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150			6,5	26	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	470	18,3	25,2	63,5	558	14,7
Итого								
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	3,2	2,4	13,3	87	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,8	3,2	6,2	70	0,7
			200	7	5,6	19,5	157	0,7
Итого								
Ужин								
2008	239	ОМЛЕТ	150	8,5	14	3,6	181	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	13	61	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,8	27	0
			360	10,5	14,2	23,4	269	0,4
Итого								
Всего				46,6	60	166,8	1409	16,8

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

МЕНЮ
15 января 2025 г.

Сад 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	160	5,7	6,7	25	183	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,7	0,1	61	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,9	1,1	19,7	100	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,9	85	0,5
Итого			398	11,8	17,1	56,7	429	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,2	74	0
Итого			150	0,8	0,2	16,2	74	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,1	8,8	13,7	162	15,9
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	10,3	14,7	34,3	310	2,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,1	106	0
Итого			560	19,9	24	76,9	605	18,2
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	4,7	3,5	19,1	127	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	4,2	8,1	91	0,9
Итого			230	9,6	7,7	27,2	218	0,9
Ужин								
2008	239	ОМЛЕТ	160	8,9	13,6	4,5	183	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	15,3	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			400	11,3	13,8	26,9	284	0,4
Всего				53,4	62,8	203,9	1610	20,5