



МДОУ "Детский сад №76 комбинированного вида" Власова Т. Н./

МЕНЮ
16 января 2025 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								
2008	189	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ	140	3,7	4,9	19,8	139	0,4
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2	2,5		31	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,1	0,8	14,7	75	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,1	1,7	9,6	63	0,4
Итого			358	9,9	9,9	44,1	308	0,9
Обед								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,7	6,9	8	117	3,8
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,8	4,3	24,6	153	11,8
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	50	8	9,3	6,4	141	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18,2	87	0
Итого			520	19,3	20,9	62,7	520	16,3
Полдник								
2012	485	ПЛЮШКА	50	4,8	3,3	28	160	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4	3,4	6,6	74	0,7
Итого			200	8,8	6,7	34,6	234	0,8
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			5,5	22	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	140	14,4	12,3	12,8	217	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	13,9	66	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			400	16,6	12,5	38	329	0,4
Всего				54,6	50	179,4	1391	18,4



МЕНЮ
16 января 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ	160	5	5,8	24,4	171	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,9	2,4		30	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,8	1,1	18,8	96	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	11,1	74	0,4
Итого			408	12,3	11,4	54,3	371	1
Обед								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	8,1	7,6	128	3,4
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	3,5	5,3	20,2	192	9,4
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	70	7,9	9,5	6,3	191	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			620	19,9	23,3	61,1	636	13,5
Полдник								
2012	485	ПЛЮШКА	70	5,4	3	34,6	188	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,6	3,9	7,5	84	0,8
Итого			250	10	6,9	42,1	272	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			5,8	23	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	160	14,5	13	17,6	243	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,7	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,4	26	0
Итого			450	17,1	13,2	46,5	371	0,3
Всего				59,3	54,8	204	1650	15,7