

Согласовано

МДОУ "Детский сад комбинированного вида" /Власова Т.Н./

МЕНЮ

16 сентября 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								
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	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,6	10,6	78	0,5
Итого			356	9,6	14,3	45,9	351	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,9	7,5	11	136	9,4
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,3	8	19,2	166	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	8,2	9,4	5,9	139	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	20	25,3	58,9	546	11,1
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	30	0,8	1	22,5	103	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			200	6,4	5,9	31,8	208	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	9,8	16,5	2,7	204	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	180	0,2		6	24	0
Итого			360	12,2	16,7	23,3	297	0,3
Всего				49	62,4	175,1	1471	13,4

Согласовано



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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,8	5,6	23,3	163	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6	0,1	55	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2,8	1,1	19	97	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			408	10,6	15,2	54	397	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,7	76	0
Итого			150	0,8	0,2	16,7	76	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5	8,7	10,4	193	7,8
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6	21,9	211	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,1	10,2	5,9	196	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,6	99	0
Итого			610	21,2	25,3	65,6	726	9,5
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	30	0,9	1	23,5	108	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			230	6,5	5,9	32,8	213	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	160	10,5	15,7	4,4	238	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	14,8	70	0
к/к	к/к	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	200	0,2		7,8	32	0
Итого			400	13	15,9	27	310	0,4
Всего				52,1	62,5	196,1	1752	11,9