

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т. Н./**МЕНЮ**
16 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	2,9	5,3	12,2	157	0,3
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,5	0,1	50	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	1,3	0,5	8,6	44	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,7	1,4	6,4	45	0,3
Итого			356	5,9	12,7	27,3	296	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,6	0,1	10,9	50	0
Итого			150	0,6	0,1	10,9	50	0
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	3,5	4,5	7,3	135	1,6
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	7,8	12	5,2	209	13,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,1	68	0
Итого			470	13,5	16,8	29,8	425	15,1
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	8,3	4,6	25,9	177	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,1	1,8	3,5	40	0,4
Итого			200	10,4	6,4	29,4	217	0,4
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,9	0,1	6	28	1
2008	239	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	8	11	1,6	200	0,2
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,1	8,4	40	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,4	34	0
Итого			400	10,3	11,2	19,4	302	1,2
Всего				40,7	47,2	116,8	1230	17,3

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т. Н./**МЕНЮ**
16 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			
Завтрак									
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,9	5,6	22,6	192	0,5	
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,1	0,1	56	0	
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	19,7	100	0	
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,1	11,3	76	0,5	
Итого			408	10,5	14,9	53,7	424	1	
II Завтрак									
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,7	72	0	
Итого			150	0,8	0,2	15,7	72	0	
Обед									
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,1	7,2	13,6	194	3,7	
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	10,2	12,6	9,9	244	32	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6	34	0	
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	19,8	105	0	
Итого			600	18,4	20,2	49,3	577	35,7	
Полдник									
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,2	6	38,4	242	0,1	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,7	4	7,8	107	0,9	
Итого			250	13,9	10	46,2	349	1	
Ужин									
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	0,1	3,8	28	0,4	
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	12,4	11,7	2,9	209	0,4	
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	17,3	82	0	
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,2	25	0	
Итого			450	15,7	12	30,2	344	0,8	
Всего					59,3	57,3	195,1	Т	38,5