

Согласовано

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

МЕНЮ

16 декабря 2024 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 416 | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 140 | 4,6 | 6,1 | 20,7 | 156 | 0,6 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 6 | | 5,2 | 0,1 | 47 | 0 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 30 | 2 | 0,8 | 13,5 | 69 | 0 |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,3 | 2,7 | 10,6 | 80 | 0,6 |
| Итого | | | 376 | 9,9 | 14,8 | 44,9 | 352 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,9 | 73 | 0 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,9 | 73 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 95 | СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | 150 | 3,6 | 5,3 | 12,4 | 117 | 3,4 |
| 2012 | 321 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 110 | 3,7 | 3,5 | 23,4 | 140 | 0 |
| 2012 | 311 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 50 | 7,5 | 9 | 6,2 | 134 | 1,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 5,6 | 22 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,3 | 16,7 | 81 | 0 |
| Итого | | | 500 | 17,4 | 18,1 | 64,3 | 494 | 5,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 485 | БАТОН С ПОВИДЛОМ | 50 | 2 | 0,8 | 28,6 | 129 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 83 | 0,8 |
| Итого | | | 200 | 6,5 | 4,6 | 36 | 212 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | СУП МОЛОЧНЫЙ КРУПЕННОЙ | 150 | 4,1 | 6,9 | 20,3 | 160 | 0,6 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,9 | 0,2 | 12,8 | 60 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 5,8 | 24 | 0 |
| Итого | | | 370 | 6,1 | 7,1 | 38,9 | 244 | 0,6 |
| Всего | | | | 40,7 | 44,8 | 200 | 1375 | 7,7 |

