

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т. Н./**МЕНЮ**
17 января 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	130	3,9	4,8	18,3	134	0,4
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	6	1,5	2		24	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	13,7	70	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,1	9,8	69	0,4
Итого			316	9,9	9,7	41,8	297	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
Итого			150	0,8	0,2	16,8	77	0
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА КБ СО СМЕТАНОЙ	150	4,2	6,9	9,9	122	3
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	2,7	5,9	8,1	100	25,1
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	50	8	9	10,5	155	0,6
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			520	17,5	22,2	51,3	482	28,7
Полдник								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,4	87	0
2008	434	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	150			26,4	106	0
Итого			190	2,8	0,2	44,8	193	0
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		19,2	77	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	150	7,2	11,5	37,6	282	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
Итого			400	7,9	11,5	67,5	405	1,1
Всего				38,9	43,8	222,2	1454	30,6



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

МЕНЮ
17 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
			150	5,1	6	23,7	170	0,5
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	8	2,1	2,7		33	0,1
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	180	3	2,5	11,6	82	0,5
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	378	13,2	12,4	55,9	390	1,1
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	17	77	0
Итого			150	0,8	0,2	17	77	0
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	7,8	15,1	187	4,7
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	2,9	6,3	8,7	156	27,3
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,7	10,2	9,5	184	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,7	109	0
Итого			650	20,8	24,8	62,8	663	32,7
Полдник								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,8	0,2	18,2	86	0
2008	434	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200			30,6	122	0
Итого			250	2,8	0,2	48,8	208	0
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		19,2	77	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	160	8	9,9	43,1	293	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			450	8,8	9,9	74,4	423	1,3
Всего				46,4	47,5	258,9	1661	35,1