

Согласовано

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

МЕНЮ
18 декабря 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 НЕЖНОСТЬ	140	5	6,3	21,5	163	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	10,7	81	0,5
Итого			366	10,6	14,9	47,6	368	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1	0,2	20,2	92	0
Итого			150	1	0,2	20,2	92	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	7	11,1	132	11,4
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,1	12	23,6	234	1,5
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			470	15,5	19,4	57,5	471	12,9
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	30	3,7	2,7	14,9	99	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			200	9,3	7,6	24,2	204	1
Ужин								
2008	239	ОМЛЕТ	150	11,1	17,3	6,3	233	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			360	13	17,5	24,4	314	0,5
Всего				49,4	59,6	173,9	1449	15,4

Согласовано
 МДОУ "Детский сад № 7 "Комбинированного вида"
 /Власова Т. Н./



МЕНЮ
 18 декабря 2024 г.
 Сад 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 НЕЖНОСТЬ	160	5,5	6,6	24,9	181	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,2	0,1	65	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,8	1,1	19	97	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,7	11,7	85	0,5
Итого			408	11,5	17,6	55,7	428	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1	0,2	19,2	87	0
Итого			150	1	0,2	19,2	87	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,9	8,6	12,4	156	12,1
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	10,8	16	34,8	325	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,7	0,5	23,7	114	0
Итого			560	20,4	25,1	78,9	627	13,8
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5,3	4,1	20,5	141	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	10,9	9	29,8	246	1
Ужин								
2008	239	ОМЛЕТ	180	9,6	15,8	5,7	209	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,3	86	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			420	12,5	16	31,1	324	0,5
Всего				56,3	67,9	214,7	1712	16,3