

Согласовано

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

МЕНЮ
19 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	5,5	7,1	25,5	189	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	6	1,9	2,4		29	0,1
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
К/К	К/К	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			356	12,7	12,8	52,5	378	1,1
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б	150	4,8	6	13,2	126	3
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	9,9	14,4	8,4	203	23,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			470	18	20,8	48,6	454	26,4
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3	3,9	31,6	167	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	67	0
Итого			200	3,8	4,1	46,3	234	0
Ужин								
К/К	К/К	СОУС ТОМАТНЫЙ	40					0
2008	239	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	10,6	11,7	2,5	160	0,4
К/К	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,5	59	0
К/К	К/К	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			400	12,6	11,9	21	243	0,4
Всего				47,1	49,6	168,4	1309	27,9

Согласовано

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

МЕНЮ
19 марта 2025 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	5,5	6,4	24,5	179	0,6
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,3	2,9		36	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,4	1,3	23,4	119	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	14,3	96	0,6
Итого			408	14,5	13,3	62,2	430	1,3
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б	200	4,8	6,7	12,6	230	2,8
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	11,7	14,5	11	224	33,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,4	108	0
Итого			600	20	21,7	53,9	593	36,6
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	2	1,6	25	122	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,9	82	0
Итого			200	2,9	1,8	42,9	204	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30					0
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	13,1	11,8	3	223	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,7	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,2	29	0
Итого			450	15,7	12	26,9	331	0,4
Всего				53,1	48,8	185,9	1558	38,3