



МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида" / И.О. СТЕШИНА С.М.

МЕНЮ
19 августа 2024 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	4,4	6,2	20	153	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,1		46	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			356	6,8	12,2	41,2	302	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,3	79	0
Итого			150	0,9	0,2	17,3	79	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,3	7,1	9,1	123	8,2
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,3	6,8	19,3	156	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,4	8,5	6,1	130	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,6	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	18,6	22,8	57,1	514	9,9
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	30	0,7	0,8	18,9	86	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,8	4,1	7,9	88	0,9
Итого			200	5,5	4,9	26,8	174	0,9
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	10,8	17,1	4,6	222	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	10,3	75	0,5
Итого			360	15,9	19,7	29,5	366	1
Всего				47,7	59,8	171,9	1435	12,3

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
И/О СТЕШИНА С.М.

МЕНЮ

19 августа 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,8	5,9	23,2	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7	0,1	64	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,2	29	0
Итого			408	7,9	14,1	51,1	363	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,3	79	0
Итого			150	0,9	0,2	17,3	79	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,1	8,3	10,7	144	9,8
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6,4	21,9	165	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,1	10	6,7	148	1,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	21,4	25,1	67,4	586	11,7
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	50	0,7	0,8	18,8	86	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,8	9,2	103	1
Итого			250	6,2	5,6	28	189	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	160	10,8	17,6	4,6	227	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,3	83	0,5
Итого			400	16,9	20,2	37	405	1
Всего				53,3	65,2	200,8	1622	14,2