

Согласовано

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

МЕНЮ
20 января 2025 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	3,4	5	19,6	138	0,4
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	13,7	70	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
Итого			356	5,5	10,8	39,4	278	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА КБ СО СМЕТАНОЙ	150	3,9	6,2	7,1	153	7,7
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,1	6,3	18,2	166	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,1	8,1	6,8	157	1,3
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			500	17,7	21	54,9	581	9
Полдник								
2012	485	БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	2	0,8	24	111	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,8	3,2	6,2	70	0,7
Итого			220	5,8	4	30,2	181	0,7
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ	150	8,1	13	3,3	169	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2	1,7	9,1	61	0,4
Итого			360	11,6	14,8	22,1	276	0,7
Всего				41,4	50,8	161,8	1385	10,8

Согласовано

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

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	5,2	5,8	26,4	199	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	115	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			408	8,3	13,6	54,2	403	0,5
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	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,7	7,7	12,2	196	13,5
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	5,4	6,1	24,6	174	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,1	9,4	6,3	141	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,8	105	0
Итого			610	22,6	23,7	71,8	644	15,2
Полдник								
2012	485	БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	3	1,2	30,7	145	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,6	6,1	40	250	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ	160	9,3	14,6	4,5	193	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	18,1	85	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,3	12,2	81	0,5
Итого			400	14,8	17,1	34,8	359	0,9
Всего				55,1	60,7	216,7	1729	17,6