

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Власова Т. Н./**МЕНЮ**
20 февраля 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								
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	140	5,2	6,3	19,6	156	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,9	2,4		29	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			358	12,5	12,2	45,6	343	1,1
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,1	7,3	10	127	2,9
2008	299	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,8	5,6	24,2	162	0
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,9	9	6	136	0,6
2008	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	18,4	22,3	63	530	3,5
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	9,9	6,1	30,4	214	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	10,7	6,3	45,6	283	0,2
Ужин								
2008	225	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4	5,8	21,4	154	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			390	6,4	6	42,5	249	0,5
Всего			48	46,8	196,7	1405	5,3	

МЕНЮ
20 февраля 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	5,8	6,4	22,4	171	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,9	2,4		29	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11,6	83	0,5
Итого			398	13,8	12,6	54,6	388	1,1
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5	8,9	11,7	151	3,8
2008	299	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	6,5	27,4	185	0
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,4	10,7	6	153	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	21	26,5	73,1	618	4,5
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	10,9	6,2	39,8	257	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			220	11,7	6,4	55	326	0,2
Ужин								
2008	225	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,4	5,8	25,7	174	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			440	7,6	6	52,9	298	0,5
Всего				54,1	51,5	235,6	1630	6,3