

Согласовано

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

МЕНЮ

20 ноября 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								
2008	189	КАША НЕЖНОСТЬ	140	4,5	6,3	18,3	148	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	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			356	9,9	14,8	44,3	351	1
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								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	7,2	11,6	136	11,7
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,2	11,2	24	230	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			470	15,6	18,8	58,4	471	13,4
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	4,9	3,8	20	134	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	9,2	7,5	27	213	0,8
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,9	0,1	5,3	25	1
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,4	11,5	3,1	169	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			390	15,6	11,8	29	287	1,4
Всего				51,1	53,1	173,9	1391	16,6

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



МЕНЮ
20 ноября 2024 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 НЕЖНОСТЬ	160	5,5	7,2	24,5	185	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,7	0,1	70	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,7	11,7	84	0,5
Итого			408	11,7	18,8	56,9	444	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18,2	83	0
Итого			150	0,9	0,2	18,2	83	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,6	9	12,9	162	16,4
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	11,4	15,8	35,3	327	1,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,9	110	0
Итого			560	21,6	25,3	77,9	626	18,2
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5,2	3,9	21	140	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	10,8	8,8	30,3	245	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	0,1	4,1	20	0,6
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	12,9	11,5	2,5	167	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,6	83	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			430	16,3	11,8	31,3	299	1
Всего				61,3	64,9	214,6	1697	21,2