

МДОУ "Детский сад №70 комбинированного вида" /Власова Т. Н./



**МЕНЮ**  
20 декабря 2024 г.

**Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	130	4,7	8	21,2	176	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	10	1,7	2,2		27	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	13,7	70	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,3	2,7	10,7	81	0,5
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>11,7</b>	<b>13,7</b>	<b>45,6</b>	<b>354</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,8</b>	<b>77</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	3,6	7,3	5,6	107	2,7
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	2,8	5,9	8,3	101	25,2
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	50	8,1	9	10,7	156	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>17,1</b>	<b>22,6</b>	<b>47,4</b>	<b>469</b>	<b>28,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИК	50	2,4	1,9	30	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,7</b>	<b>5,6</b>	<b>37</b>	<b>225</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		21	84	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	150	7,4	9,8	38,3	271	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>7,6</b>	<b>9,8</b>	<b>65,4</b>	<b>380</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>43,9</b>	<b>51,9</b>	<b>212,2</b>	<b>1505</b>	<b>30,8</b>

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"  
/Власова Т. Н./**МЕНЮ**  
20 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	5,3	5,9	24,9	175	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	10	2,1	2,7		33	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	11,7	84	0,5
Итого			380	13,6	12,5	57,2	397	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18,7	85	0
Итого			150	0,9	0,2	18,7	85	0
<b>Обед</b>								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	8,8	8,4	185	3,9
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	2,8	6,8	8,4	128	25,1
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,4	11,3	10,4	180	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,9	110	0
Итого			650	20,7	27,4	57,9	634	29,7
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИК	50	2,6	2,1	33	161	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,2	7	42,3	266	1
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		21	85	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	160	8,6	9,4	45,1	299	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,3	29	0
Итого			390	8,8	9,4	73,4	413	0,4
Всего				52,2	56,5	249,5	1805	32,2