



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

МЕНЮ
21 марта 2025 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,7	5,9	21,1	157	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			366	10	14,2	48,1	362	1
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б	150	4,8	4,6	12,8	113	12,4
2008	285	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	5,7	20,4	170	0
2008	285	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	50	8,9	10,1	6	149	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
Итого			500	25,2	20,8	62	537	13
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	2,9	2,3	36,4	178	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	3,7	2,5	51,6	247	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30					0
2008	238	РЫБНО РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	9,9	10,3	21,5	220	0,9
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	12,2	10,5	42,1	313	0,9
Всего				51,1	48	203,8	1459	14,9

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



МЕНЮ
21 марта 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	160	5,2	5,9	24,3	172	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	12,8	86	0,5
Итого			408	11,3	16,1	57,8	423	1
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б	180	5,5	6,2	13,5	132	13,9
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	6,7	24,2	202	0
2008	299	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,1	11,3	5,9	160	0,6
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	29	24,6	71,6	623	14,5
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,8	38,3	202	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	4,5	5	53,5	271	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30					0
2008	238	РЫБНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180	10,9	9,5	21,5	217	1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,1	29	0
Итого			430	14,1	9,7	48,7	341	1
Всего				58,9	55,4	231,6	1658	16,5