



МДОУ "Детский сад №79 комбинированного вида"  
Власова Т.Н./

## МЕНЮ

22 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША НЕЖНОСТЬ	140	4,5	6,3	18	147	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,6	10,7	80	0,5
Итого			356	10	14,8	44,1	351	1
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
<b>Обед</b>								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	6,6	11,4	129	11,7
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,4	12	24,8	242	2,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			470	15,7	18,9	57,9	471	14,3
<b>Полдник</b>								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	30	3,8	2,8	14,9	100	0
2008	434	ЙОГУРТ	150	4,1	3,7	6,6	82	0,4
Итого			180	7,9	6,5	21,5	182	0,4
<b>Ужин</b>								
2008	285	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	3,6	4,2	16,5	118	0
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	7,9	2,9	5,6	80	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			380	13,8	7,3	42,7	291	0,4
Всего				48,2	47,7	181,4	1364	16,1

Согласовано

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

## МЕНЮ

22 мая 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША НЕЖНОСТЬ	160	5,5	6,7	23,6	177	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,8	0,1	61	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>11,7</b>	<b>17,3</b>	<b>56</b>	<b>427</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,3	79	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,3</b>	<b>79</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,7	7,9	12,1	148	14,6
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	9,8	14,3	31,8	295	2,2
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
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>18,8</b>	<b>22,6</b>	<b>71,9</b>	<b>572</b>	<b>16,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5	3,9	20	135	0
2008	434	ЙОГУРТ	150	4,4	3,9	7	88	0,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,4</b>	<b>7,8</b>	<b>27</b>	<b>223</b>	<b>0,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008	285	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,8	5,4	21,4	152	0
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	9,7	3	5,5	88	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19,3	91	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>17,5</b>	<b>8,6</b>	<b>53,2</b>	<b>360</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>58,3</b>	<b>56,5</b>	<b>225,4</b>	<b>1661</b>	<b>18,7</b>