

МЕНЮ
 22 августа 2024 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	19,6	153	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,5		41	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,2		27	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,8	15	76	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,5	10,3	76	0,5
Итого			364	12	16	44,9	373	1,1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКИ	150	0,3	0,3	7,6	36	3,2
Итого			150	0,3	0,3	7,6	36	3,2
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,3	7,5	10	128	2,9
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	9,1	11,2	8,3	172	23,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			470	15,9	19	40,2	401	26,4
Полдник								
2008		ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,9	77	0,8
Итого			180	6	5	29,4	187	0,8
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,3	25	0
2008	225	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	160	14,2	13,3	14,6	233	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,2	15,5	73	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
Итого			420	16,7	13,5	42,3	355	0,4
Всего				50,9	53,8	164,4	1352	31,9

Согласовано

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

МЕНЮ
22 августа 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	5,8	6,2	22,2	168	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,1	0,1	56	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,1		26	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2,9	1,1	19,8	101	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,5	81	0,5
Итого			406	13,4	18	53,6	432	1,1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКИ	150	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Итого			150	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУБ СО СМЕТАНОЙ	180	5,1	9	11,9	155	3,9
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	10,7	13,1	10,9	205	33,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			560	19	22,5	49,9	484	37,5
Полдник								
2008		ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	4,3	8,2	93	0,9
Итого			210	6,7	5,7	30,7	203	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,1	24	0
2008	225	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	160	17,7	15,7	19,1	284	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,3	20,8	98	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	21	16	53,1	435	0,4
Всего				60,4	62,5	195,1	1591	47,8