

Согласовано

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

МЕНЮ

22 октября 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								
2012	93	КАША ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	130	4,8	6,2	23,8	171	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,6		42	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	1,7	0,6	11,4	58	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,5	2	10,4	71	0,4
Итого			346	9	13,4	45,6	342	1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,4	0,4	9,3	45	3,9
Итого			150	0,4	0,4	9,3	45	3,9
Обед								
2008	83	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	3,8	5,1	10,5	106	12,4
2008	259	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	3	4,8	19,1	131	9,2
2008	238	РЫБА КУСКОВАЯ С ОВОЩАМИ	50	6,2	2,5	0,9	51	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,3	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,1	68	0
Итого			500	15,2	12,7	49,9	378	22,1
Полдник								
2012	485	ДОРОЖНАЯ БУЛОЧКА	50	4,7	3,5	26,8	159	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,8	77	0,8
Итого			200	8,9	7,1	33,6	236	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			4,3	17	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	13,6	14,3	11,4	226	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,5	64	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,5	23	0
Итого			400	15,7	14,5	34,7	330	0,3
Всего				49,2	48,1	173,1	1331	28,2

Согласовано

МДОУ "Детский сад № 78 комбинированного вида"
/Власова Т. Н./**МЕНЮ**
22 октября 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		
Завтрак								
2012	93	КАША ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,1	6,7	27,5	196	1,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8				61	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	19,5	100	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,5	84	0,5
Итого			398	12	17	59,6	441	1,6
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	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	7,4	13,3	141	15,3
2008	259	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	4,1	6,2	24	169	11,3
2008	238	РЫБА КУСКОВАЯ С ОВОЩАМИ	50	6,8	2,5	1,6	57	0,7
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			590	18,3	16,5	66,9	496	27,3
Полдник								
2012	485	ДОРОЖНАЯ БУЛОЧКА	70	6	4,8	37,6	216	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	4,3	8,1	92	0,9
Итого			250	10,9	9,1	45,7	308	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	160	20,2	17,6	18,5	308	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,3	86	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			450	23,1	17,8	50	448	0,4
Всего				65,2	60,6	240,4	1776	30,3