



МДОУ "Детский сад №76 комбинированного вида" И/О СТЕЩИНА С.М.

МЕНЮ

23 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	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,6	5,2	20,1	148	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6			4,7		43
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,2	0,9	15,2	77	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	11,5	80	0,5
Итого			366	9,7	13,2	46,8	348	1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКИ	150	0,3	0,3	7,2	35	3
Итого			150	0,3	0,3	7,2	35	3
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,5	6	12,1	125	2,9
2008	285	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	5	19,4	160	0
2008	285	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	50	8,4	9,7	5,4	142	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			500	24,3	21	58,8	528	3,6
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	50	5	3,2	29	165	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,4	95	0,9
Итого			230	10	7,6	37,4	260	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,9	0,1	5,1	24	1
2008	238	РЫБНО РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	9,9	8,5	14,1	173	0,9
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,5	63	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,2	25	0
Итого			390	12,9	8,8	38,9	285	1,9
Всего				57,2	50,9	189,1	1456	10,5



МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
Д.С.СКИДНИЧЕНКО

МЕНЮ
23 августа 2024 г.

Сад 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	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	160	4,6	5,4	20,6	151	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8			6,2	57	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,1	20,3	104	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,4	84	0,5
Итого			408	10,6	15,1	53,4	396	1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКИ	150	0,3	0,3	7,4	36	7,6
Итого			150	0,3	0,3	7,4	36	7,6
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,2	8,3	13,6	157	3
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	6,4	24,3	200	0
2008	299	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,1	11,6	5,4	161	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	20	96	0
Итого			630	28,5	26,7	70,2	642	3,7
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	70	6,2	3,6	38,9	214	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			270	11,8	8,5	48,2	319	1,1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,8	0,1	4,9	23	0,9
2008	238	РЫБНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180	11	9,3	14,6	189	1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,5	87	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,2	29	0
Итого			430	14,7	9,6	45,2	328	1,9
Всего				65,9	60,2	224,4	1721	15,3