



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

МЕНЮ
23 сентября 2024 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	4,4	4,4	22,1	146	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,6	3,4		41	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	1,9	0,7	12,9	66	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	10,5	77	0,5
Итого			358	11,8	10,9	45,5	330	1,1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	120	0,4	0,4	10,8	52	11
Итого			120	0,4	0,4	10,8	52	11
Обед								
2008	95	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,8	6,4	10,2	123	13,2
2012	321	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	4	3,7	25,6	152	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,6	8,9	7,3	139	1,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			500	19,3	19,4	67,6	527	15,1
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	35	1,2	1,4	32,8	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,2	4,6	8,7	98	1
Итого			205	6,4	6	41,5	248	1
Ужин								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ КРУПЕННОЙ	150	4,8	5,2	22,7	158	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,2	12,1	57	0
2012	395	ЧЕРНЫЙ КОФЕ	200	0,3		7,3	30	0
Итого			390	6,9	5,4	42,1	245	0,6
Всего				44,8	42,1	207,5	1402	28,8



МЕНЮ
23 сентября 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,8	5,8	23,7	216	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	10	2,1	2,7		33	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			410	12,9	12,2	55,9	436	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,9	73	0
Итого			150	0,8	0,2	15,9	73	0
Обед								
2008	95	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	200	5,2	8,5	11,1	198	14,7
2012	321	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,8	30,3	183	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,1	10,1	6,4	148	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			650	21,5	23,9	76,5	661	16,4
Полдник								
2008		ВАФЛЯ	50		1,2	27,6	127	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	6,6	6,1	36,9	232	1
Ужин								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ КРУПЕННОЙ	200	4,1	5,7	24,2	216	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,2	16,1	76	0
к/к	к/к	ЧЕРНЫЙ КОФЕ	200	0,2		7,8	32	0
Итого			440	6,7	5,9	48,1	324	0,5
Всего				48,5	48,3	233,3	1726	19