

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

Власова Т. Н./

**МЕНЮ**

23 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯННАЯ С МАСЛОМ	140	4	6,2	14,6	131	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	2,6	10,6	78	0,5
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>9,3</b>	<b>14,7</b>	<b>40,6</b>	<b>333</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	7	11,4	153	11,6
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,1	11,2	23,6	257	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>15,5</b>	<b>18,6</b>	<b>57,8</b>	<b>515</b>	<b>13,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	30	3,8	2,9	14,9	102	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,3	3,7	7	79	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,1</b>	<b>6,6</b>	<b>21,9</b>	<b>181</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	239	ОМЛЕТ	150	7,8	13,1	2,7	165	0,3
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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>10,1</b>	<b>13,3</b>	<b>23,3</b>	<b>258</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>43</b>	<b>53,2</b>	<b>143,6</b>	<b>1287</b>	<b>15,2</b>



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

**МЕНЮ**  
23 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯННАЯ С МАСЛОМ	160	5,2	6,7	21,6	168	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,3	0,1	58	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,8	1,1	19,4	99	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,4	11,2	80	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>11</b>	<b>16,5</b>	<b>52,3</b>	<b>405</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	7,8	12,6	199	11,7
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	9,6	13,4	31	332	1,4
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>18,5</b>	<b>21,6</b>	<b>71,6</b>	<b>660</b>	<b>13,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	4,7	3,7	18,8	128	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,2	4,5	8,6	97	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,9</b>	<b>8,2</b>	<b>27,4</b>	<b>225</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	239	ОМЛЕТ	160	8	13,3	3,3	221	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,4	77	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,6</b>	<b>13,5</b>	<b>26,7</b>	<b>326</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>50</b>	<b>59,8</b>	<b>178</b>	<b>1616</b>	<b>15,4</b>