

Согласовано

МДОУ "Детский сад №79 комбинированного вида"
Власова Т. Н./

МЕНЮ
23 декабря 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 | 416 | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 140 | 4,4 | 6,9 | 21,2 | 165 | 0,5 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 6 | | 6,6 | 0,1 | 60 | 0 |
| 2012 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 30 | 2 | 0,8 | 13,7 | 70 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,3 | 2,7 | 10 | 79 | 0,5 |
| Итого | | | 356 | 9,7 | 17 | 45 | 374 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 16,8 | 77 | 0 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 16,8 | 77 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 90 | ЩИ С РЫБНОЙ КОНСЕРВОЙ СО СМЕТАНОЙ | 150 | 3,7 | 3,5 | 6,8 | 78 | 7,3 |
| 2008 | 134 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ | 110 | 4,1 | 5,6 | 18,2 | 140 | 0 |
| 2012 | 311 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 50 | 8,4 | 8,7 | 7,5 | 140 | 2 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 6,5 | 26 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 500 | 18,8 | 18,2 | 56 | 466 | 9,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 485 | БАТОН С ПОВИДЛОМ | 50 | 2 | 0,8 | 27,4 | 124 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| Итого | | | 200 | 6,3 | 4,5 | 34,4 | 203 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 444 | ОМЛЕТ | 150 | 9,3 | 13,4 | 4,4 | 182 | 0,4 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,2 | 13 | 61 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 6,8 | 27 | 0 |
| Итого | | | 360 | 11,3 | 13,6 | 24,2 | 270 | 0,4 |
| Всего | | | 46,9 | 53,5 | 176,4 | 1390 | 11,5 | |

Согласовано

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

23 декабря 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 | 416 | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 160 | 4,8 | 5,8 | 23,3 | 165 | 0,5 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 8 | | 6,6 | 0,1 | 60 | 0 |
| 2012 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 105 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,2 | 2,7 | 11,7 | 84 | 0,5 |
| Итого | | | 408 | 11 | 16,3 | 55,7 | 414 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,9 | 0,2 | 18,7 | 85 | 0 |
| Итого | | | 150 | 0,9 | 0,2 | 18,7 | 85 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 90 | ЩИ С РЫБНОЙ КОНСЕРВОЙ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 3,9 | 4,1 | 9,7 | 196 | 10,9 |
| 2008 | 272 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ | 130 | 4,9 | 6,6 | 21,9 | 166 | 0 |
| 2012 | 311 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 70 | 9,2 | 10,2 | 6,4 | 154 | 1,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 8,1 | 33 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | 0 |
| Итого | | | 610 | 21,3 | 21,3 | 67,3 | 651 | 12,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 485 | БАТОН С ПОВИДЛОМ | 50 | 3 | 1,2 | 34,1 | 158 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| Итого | | | 250 | 8,6 | 6,1 | 43,4 | 263 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 444 | ОМЛЕТ | 160 | 9,6 | 14,7 | 5 | 197 | 0,5 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 83 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7,1 | 29 | 0 |
| Итого | | | 400 | 12,4 | 14,9 | 29,7 | 309 | 0,5 |
| Всего | | | | 54,2 | 58,8 | 214,8 | 1722 | 15,1 |