

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
И/О Стешина С.М./**МЕНЮ**
24 марта 2025 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	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	140	4,7	7,1	17,1	152	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	1,5	0,6	10,3	52	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,1	13	0
Итого			356	6,3	12,7	30,5	262	0
Обед								
2008	95	ЩИ НА К/Б	150	4	4,4	8,3	190	10,8
2012	321	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	110	3,6	6	16,5	134	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	6,7	7	5,4	110	1,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2	0,3	12,7	61	0
Итого			500	16,3	17,7	47,8	514	12,2
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	2,2	0,9	18,8	92	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	3	1,1	34	161	0
Ужин								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ КРУПЕННОЙ	150	4,2	6,6	20,9	160	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,5	0,1	9,7	46	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,6	7,7	67	0,5
Итого			390	8,7	9,3	38,3	273	1
Всего				34,3	40,8	150,6	1210	13,2



МЕНЮ
24 марта 2025 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	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	160	6,6	9,1	30,4	230	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,7	0,1	61	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,2	1,2	21,7	111	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
Итого			408	9,9	17	60,2	434	0
Обед								
2008	95	ШИ НА К/Б	200	5,2	7,4	9,6	226	14,1
2012	321	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	130	5,3	5,6	24,3	168	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,1	11,1	6,2	160	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	23,3	112	0
Итого			650	23,2	24,6	70,2	693	15,8
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	3,1	1,2	29	139	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18,5	84	0
Итого			200	4	1,4	47,5	223	0
Ужин								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ КРУПЕННОЙ	200	4,7	6	27,8	186	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	17	80	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	12,8	91	0,6
Итого			440	10,6	9,1	57,6	357	1,2
Всего				47,7	52,1	235,5	1701	17