

Согласовано

МДОУ "Детский сад №73 комбинированного вида"  
(Власова Т. Н.)



**МЕНЮ**  
24 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	5,2	6,8	20,6	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	1,5	0,6	10,3	52	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,2	2,6	10,7	80	0,5
<b>Итого</b>			<b>316</b>	<b>9,9</b>	<b>15</b>	<b>41,6</b>	<b>342</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	150	6,3	7,3	14,3	152	4,4
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	130	9,6	12,8	23,8	249	12,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	15,9	77	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>18,4</b>	<b>20,4</b>	<b>59,8</b>	<b>501</b>	<b>17,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	468	БУЛОЧКА	50	4,7	3,3	27,5	157	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,9	7,4	83	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,2</b>	<b>7,2</b>	<b>34,9</b>	<b>240</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			5,8	23	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	140	15,1	15,2	14,3	251	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,5	59	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>17,1</b>	<b>15,4</b>	<b>38,6</b>	<b>357</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>54,6</b>	<b>58</b>	<b>174,9</b>	<b>1440</b>	<b>19,3</b>



Согласовано

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

## МЕНЮ

24 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,7	7,2	23,3	181	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,8	0,1	61	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,7	1,1	18,7	95	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,6	11,8	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>11,6</b>	<b>17,7</b>	<b>53,9</b>	<b>421</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2012	56	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	200	7,8	9,3	15,4	201	3,9
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	150	10,5	14,2	24,3	267	12,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,1	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,2	97	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>21,5</b>	<b>23,9</b>	<b>67</b>	<b>593</b>	<b>16,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	468	БУЛОЧКА	70	6	3,4	38,8	211	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11</b>	<b>7,8</b>	<b>47,1</b>	<b>305</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,3	25	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	160	21,1	18,8	19,8	327	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,2	15,5	73	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,2	29	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>23,6</b>	<b>19</b>	<b>48,8</b>	<b>454</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>67,7</b>	<b>68,4</b>	<b>216,8</b>	<b>1773</b>	<b>19,2</b>