

Согласовано

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



МЕНЮ
25 ноября 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		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	5,2	6	26	180	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,2	0,1	65	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			408	8,3	14,4	53,8	379	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18,2	83	0
Итого			150	0,9	0,2	18,2	83	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,5	7,9	12,2	146	15,4
2008	134	ТОМАТНЫЙ ПОДЛИВ	30	0,4		3,6	17	0,6
2012	311	ВЕРМИШЕЛЕВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	14,6	15,7	34,3	336	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,9	110	0
Итого			590	24,1	24,1	79,8	636	17,1
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,9	3,8	30,8	163	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,5	8,7	40,1	268	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ	160	9,4	15,1	4,7	199	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,6	83	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	13,3	87	0,5
Итого			400	15,1	17,7	35,6	369	1
Всего				56,9	65,1	227,5	1735	19,6