

Согласовано

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

МЕНЮ

26 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|----------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ | 140 | 4,5 | 5,4 | 19,4 | 145 | 0,4 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 6 | | 3,7 | | 34 | 0 |
| 2008 | к/к | БАТОН НАРЕЗОЙ | 30 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52 | 0 |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,2 | 1,9 | 9,4 | 64 | 0,4 |
| Итого | | | 356 | 8,2 | 11,6 | 39,1 | 295 | 0,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 56 | БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 150 | 3,7 | 5,9 | 11,7 | 219 | 11,8 |
| 2008 | 306 | ПЛОВ С КУРИЦЕЙ | 130 | 7,7 | 12,4 | 20,5 | 225 | 1,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 4,9 | 19 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 470 | 14 | 18,7 | 54,1 | 545 | 13,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ГРЕНКА С СЫРОМ | 30 | 3,1 | 2,6 | 10 | 77 | 0 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69 | 0 |
| Итого | | | 180 | 3,9 | 2,8 | 25,2 | 146 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 239 | ОМЛЕТ | 150 | 8,4 | 14,9 | 3,9 | 189 | 0,4 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,1 | 0,1 | 7,3 | 34 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 6 | 24 | 0 |
| Итого | | | 360 | 9,6 | 15 | 17,2 | 247 | 0,4 |
| Всего | | | | 35,7 | 48,1 | 135,6 | 1233 | 14,7 |

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

/Власова Т. Н./

МЕНЮ
26 февраля 2025 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ | 160 | 5,3 | 6,5 | 21,5 | 167 | 0,5 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 8 | | 5,8 | 0,1 | 52 | 0 |
| 2008 | К/К | БАТОН НАРЕЗОЙ | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 105 | 0 |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 2,5 | 11,6 | 82 | 0,5 |
| Итого | | | 408 | 11,3 | 16 | 53,8 | 406 | 1 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 56 | БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 180 | 4,5 | 6,9 | 12,7 | 235 | 14,8 |
| 2008 | 306 | ПЛОВ С КУРИЦЕЙ | 150 | 9,4 | 13,8 | 29,4 | 278 | 1,5 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 7,4 | 29 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 3,4 | 0,4 | 21,6 | 104 | 0 |
| Итого | | | 560 | 17,3 | 21,1 | 71,1 | 646 | 16,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ГРЕНКА С СЫРОМ | 50 | 4,9 | 3,8 | 20 | 134 | 0 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69 | 0 |
| Итого | | | 200 | 5,7 | 4 | 35,2 | 203 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 239 | ОМЛЕТ | 160 | 9 | 14,2 | 4,9 | 189 | 0,5 |
| К/К | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70 | 0 |
| К/К | К/К | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7,1 | 29 | 0 |
| Итого | | | 400 | 11,4 | 14,4 | 26,8 | 288 | 0,5 |
| Всего | | | | 45,7 | 55,5 | 186,9 | 1543 | 17,8 |