



МЕНЮ
26 марта 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 С МАСЛОМ	140	5,2	6,8	20,6	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	1,5	2	15,8	83	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			356	9,8	16,4	47	372	1
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б	150	4,1	5,9	7,7	201	7,9
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,3	10,7	23,8	225	1,7
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			470	15	17	55	534	9,6
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	30	3,8	2,9	14,9	102	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			180	4,6	3,1	30,1	171	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,9	0,1	5,3	25	1
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,4	11,5	3,1	169	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			390	15,6	11,8	29	287	1,4
Всего				45	48,3	161,1	1364	12

Согласовано
 МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
 И/О Стешина С.М./



МЕНЮ
 26 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	160	5,8	7,2	23,6	182	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	к/к	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	31,6	167	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,6	82	0,5
Итого			408	11,8	20,2	66,9	491	1
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б	180	5,4	6,2	12,2	227	14,7
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	9,6	13,7	31,3	287	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			560	18,3	20,3	71,5	643	16,4
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5,4	4,5	20	142	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	6,2	4,7	35,2	211	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	5	23	0,9
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	12,8	11,5	3,1	171	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			430	16,7	11,8	35,3	318	1,3
Всего				53	57	208,9	1663	18,7