

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
26 сентября 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 ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	5,3	7	22	174	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,7	0,1	52	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,8	81	0
	к/к	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	180	0,2		7,1	30	0
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>7,8</b>	<b>13,6</b>	<b>45</b>	<b>337</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,5	8,3	7,9	134	3,6
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	3,7	4,6	23,1	149	11
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	50	8,5	9,9	5,1	143	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16,3	78	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>20,2</b>	<b>23,1</b>	<b>58,3</b>	<b>528</b>	<b>15,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	10,2	8,2	33,3	246	0,1
2008	434	ЙОГУРТ	150	4,2	3,7	6,7	84	0,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>14,4</b>	<b>11,9</b>	<b>40</b>	<b>330</b>	<b>0,5</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ОМЛЕТ	150	6,7	10,8	3	140	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,1	62	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>8,8</b>	<b>11</b>	<b>22,2</b>	<b>227</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>51,2</b>	<b>59,6</b>	<b>165,5</b>	<b>1422</b>	<b>16,8</b>

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



**МЕНЮ**  
26 сентября 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 ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	160	5,5	6,8	23,7	209	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,1	0,1	64	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,8	1,1	19	97	0
	к/к	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	200	0,3		8,1	34	0
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>8,6</b>	<b>15</b>	<b>50,9</b>	<b>404</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,1	9,6	8,2	202	3,7
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	4,5	5,2	26,8	193	12,7
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,9	11,1	5,8	187	0,8
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
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>22,8</b>	<b>26,3</b>	<b>68,8</b>	<b>711</b>	<b>17,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,8	6,6	41	262	0,2
2008	434	ЙОГУРТ	180	5	4,5	8,1	102	0,5
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>14,8</b>	<b>11,1</b>	<b>49,1</b>	<b>364</b>	<b>0,7</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ОМЛЕТ	180	9,4	15,1	4,6	198	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,4	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,7</b>	<b>15,3</b>	<b>26,1</b>	<b>295</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>57,9</b>	<b>67,7</b>	<b>194,9</b>	<b>1774</b>	<b>18,9</b>