

Согласовано

МДОУ "Детский сад №76 комбинированного вида"
Власова Т. Н./



МЕНЮ
27 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	130	3,4	4,2	15	112	0,4
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		3,5		32	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,1	0,8	14,7	75	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,2	1,8	7,6	56	0,4
Итого			316	7,7	10,3	37,3	275	0,8
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,9	6,3	11	123	3,7
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	1,5	25	4,5	250	11,5
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	50	7	7,8	4,2	115	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,2	17	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18,2	87	0
Итого			520	16,2	39,5	42,1	592	15,6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,7	3,5	28,2	149	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4	3,5	6,7	75	0,8
Итого			200	6,7	7	34,9	224	0,8
Ужин								
2012	225	РЫБНО - РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	8,5	11,7	9,8	180	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,8	51	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,3	18	0
Итого			360	10,2	11,8	24,9	249	0,5
Всего				40,8	68,6	139,2	1340	17,7

Согласовано

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



МЕНЮ
27 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	4,2	5,7	19,6	147	0,4
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,9	0,1	63	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2,8	1,1	19	97	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	2,1	9,7	69	0,4
Итого			378	9,5	15,8	48,4	376	0,8
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,6	7,3	11,4	135	3,7
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА	130	2,1	19,5	6,4	211	19,1
2008	299	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	7,9	9,6	4,3	135	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,7	90	0
Итого			650	17,5	36,8	46,5	594	23,4
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,5	3,3	26,6	140	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,3	3,7	7,1	79	0,8
Итого			250	6,8	7	33,7	219	0,8
Ужин								
2012	225	РЫБНО - РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180	13,6	12,3	14,2	226	0,8
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	16,9	80	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,9	24	0
Итого			420	16,3	12,5	37	330	0,8
Всего				50,1	72,1	165,6	1519	25,8