

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



**МЕНЮ**  
28 января 2025 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>								
2012	93	КАША ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	130	5,2	6,1	23,1	170	0,8
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,9	2,4		29	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	10,6	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>12,5</b>	<b>17</b>	<b>49,1</b>	<b>402</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,5	6,1	13,7	133	4,8
2008	259	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	9,5	11,6	9,4	181	27,6
2008	402	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2		6,2	26	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЕДАШЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>16,8</b>	<b>18,1</b>	<b>46,3</b>	<b>422</b>	<b>32,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	ПЛЮШКА	50	5	3,5	28,2	164	0,1
2008	434	СОК	150	0,8	0,2	14,7	67	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>3,7</b>	<b>42,9</b>	<b>231</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	14,4	13,9	14,3	236	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	180	0,2		6,9	28	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,8</b>	<b>14,1</b>	<b>42</b>	<b>358</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>51,9</b>	<b>52,9</b>	<b>180,3</b>	<b>1413</b>	<b>34,3</b>



МДОУ "Детский сад № 68 комбинированного вида" (Власова Т.Н.)

**МЕНЮ**  
28 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	93	КАША ЯНТАРНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,1	6,6	27,5	195	1,1
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,1		27	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11,6	83	0,5
<b>Итого</b>			406	13,9	19,1	59,8	470	1,7
<b>Обед</b>								
2012	56	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,1	8,9	12,5	204	4,2
2008	259	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	10,6	14,2	10,8	213	33,4
2008	402	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,1		11,3	54	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ШЕПЧИЦЫН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			560	21,1	23,5	55,8	573	38
<b>Полдник</b>								
2012	485	ПЛЮШКА	70	6	3,6	37,6	206	0,1
2008	434	СОК	150	0,8	0,2	14,7	67	0
<b>Итого</b>			220	6,8	3,8	52,3	273	0,1
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	160	18,3	16	18,7	286	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	200	0,2		8,1	33	0
<b>Итого</b>			450	21,6	16,2	53,1	439	0,4
<b>Всего</b>				63,4	62,6	221	1755	40,2