

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

МЕНЮ
 28 февраля 2025 г.
 Ясли 12 часов

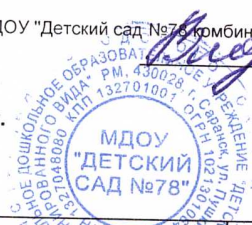


Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	130	4,6	5,8	20,7	155	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	6	1,3	1,6		20	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			316	11,3	10,9	46,7	333	1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	3,9	6,5	14,3	137	4
2012	289	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	4,1	5	23,8	157	11,2
2008	299	РЫБНАЯ КОТЛЕТА	50	7	2,9	5,7	78	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	17,6	14,8	66,6	477	15,7
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,6	3,4	27,1	143	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	3,4	3,6	42,3	212	0
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		19,2	77	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	150	7,4	7,7	38,2	251	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			360	7,6	7,7	63,4	352	0,4
Всего				39,9	37	219	1374	17,1

МЕНЮ

28 февраля 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 ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	5,1	5,9	23,6	219	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,1		27	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	11,6	83	0,5
Итого			378	12,9	11,8	55,8	434	1,1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	7,3	14,7	247	4,1
2012	289	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,8	5,8	21,3	152	9,9
2008	299	РЫБНАЯ КОТЛЕТА	70	7,5	4	5,7	88	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			650	18,5	17,5	69,7	616	14,5
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,5	3,4	27,1	143	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	3,3	3,6	42,3	212	0
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		19,2	77	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	160	7,7	9	40,3	272	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			390	7,9	9	66,6	378	0,4
Всего				42,6	41,9	234,4	1640	16