



МЕНЮ
28 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 ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	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			336	11,3	10,9	46,7	333	1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б	150	4,6	6	14,1	130	4,1
2012	289	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ	130	10,4	13,1	19,9	240	26,2
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			470	17,6	19,5	56,8	475	30,3
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	3,8	2,6	52,7	252	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				40,3	40,7	219,6	1412	31,7



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

МЕНЮ
28 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 ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	5,1	5,9	23,6	209	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	2,5	11,6	82	0,5
Итого			408	12,8	11,7	55,8	423	1,1
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б	200	5,9	7,3	14,2	205	3,9
2012	289	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ	150	12,4	20,3	19,1	310	23,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			600	21,7	28,1	62	647	27,3
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,5	3,3	26,9	142	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	3,3	3,5	42,1	211	0
Ужин								
к/к	к/к	ПОВИДЛО	30	0,1		19,2	77	0,1
2012	225	ОЛАДЬИ	160	8,6	9,1	45,9	299	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			390	8,8	9,1	72,2	405	0,4
Всего				46,6	52,4	232,1	1683	28,8