

МЕНЮ
 28 мая 2024 г.

Ясли 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	130	3,9	5,6	19,3	143	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,1		46	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,5	10,8	79	0,5
Итого			356	14,3	18,7	45,8	410	1
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,5	60	5,3
Итого			150	0,5	0,5	12,5	60	5,3
Обед								
2008	90	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	150	6	7,1	13,8	146	4,2
2008	134	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,5	5,5	22,5	154	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,5	8,3	6,2	128	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	19,6	21,3	65,5	534	5,9
Полдник								
2012	468	БУЛОЧКА	50	4,6	3,1	27,4	156	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	8,9	6,8	34,4	235	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	140	15	14,1	14,1	241	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,2	25	0
Итого			400	17,4	14,3	41,6	362	0,4
Всего				60,7	61,6	199,8	1601	13,5

Согласовано

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

МЕНЮ
28 мая 2024 г.

Сад 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6			
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,4	5,8	0,3	63	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	178	0,5
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	60	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	11,6	105	0
Итого			418	15,6	20,8	59,1	83	0,5
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	180	0,8	0,8	18,4	88	7,8
Итого			180	0,8	0,8	18,4	88	7,8
Обед								
2012	56	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	200	7,6	9	14,8	175	3,6
2008	272	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	5,6	27,4	178	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8	10,1	6,5	148	1,9
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	23,2	25,1	76,7	630	5,5
Полдник								
2012	468	БУЛОЧКА	70	5,9	3,5	37,4	204	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	10,9	7,9	45,7	298	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	160	18,8	17,4	18,7	301	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	22	17,6	52,1	450	0,4
Всего				72,5	72,2	252	1955	15,7