

Согласовано

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

МЕНЮ
28 октября 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	4,3	5,8	19,9	149	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			356	6,7	11,7	41,3	297	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,4	6,9	9,5	123	9,9
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,3	6,4	19,2	151	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,3	8,4	6	128	1,6
2008	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	18,6	22,1	57,5	507	11,5
Полдник								
2012	485	ПЛЮШКА	50	4,8	3,4	27,7	160	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	9,1	7,1	34,7	239	0,9
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	10,8	16,6	4,6	218	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	10,7	77	0,5
Итого			360	16	19,2	29,9	364	1
Всего				51,2	60,3	178,6	1476	13,9

Согласовано:

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

МЕНЮ

28 октября 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	160	4,8	5,8	23,3	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2012		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			408	7,9	13,6	51,1	359	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	8,8	11,1	180	11,9
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6,4	21,9	165	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	8	10,1	6,5	168	1,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	21,5	25,7	67,5	642	13,8
Полдник								
2012	485	ПЛЮШКА	70	6	4,6	37	213	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	11	9	45,3	307	1
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ С СЫРОМ	160	10,8	17,6	4,6	226	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,8	85	0,5
Итого			400	16,9	20,2	37,5	406	1
Всего				58,1	68,7	216,6	1783	16,3