



МЕНЮ
29 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,9	5,8	17,8	189	0,3
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,6		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	1,9	0,7	12,9	66	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,9	1,7	9	59	0,3
Итого			356	7,7	12,8	39,7	356	0,6
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАННОЙ	150	4,7	6,1	9,8	166	8,5
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	8,5	10,1	24,5	223	1,4
2008	402	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,3	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			470	16	16,6	57,8	498	9,9
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	3,7	3,1	12,5	94	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,8	72	0
Итого			200	4,5	3,3	28,3	166	0
Ужин								
К/К	К/К	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,5		3,3	16	0,6
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	10,9	9,3	1,8	188	0,3
К/К	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
К/К	К/К	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	200	0,1		6,1	25	0
Итого			410	13,3	9,5	23,3	286	0,9
Всего				41,5	42,2	149,1	1306	11,4

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

МЕНЮ
 29 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	160	5,6	7,1	23,3	220	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,7	0,1	61	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,6	1	17,9	91	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	11,9	82	0,5
Итого			408	11,1	17,2	53,2	454	1
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,2	7,4	13,6	151	15,1
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	10,7	13,8	33,9	302	1,8
2008	402	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,9	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,9	106	0
Итого			560	20,4	21,7	77,3	591	16,9
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5	4,3	17,4	129	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,2	74	0
Итого			200	5,8	4,5	33,6	203	0
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4		2,8	13	0,5
2008	239	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	12,1	11	2,5	161	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,1	86	0
к/к	к/к	КОФЕ ЧЕРНЫЙ	200	0,2		6,9	28	0
Итого			430	15,5	11,2	30,3	288	0,8
Всего			1628	52,8	54,6	194,4	1536	18,7