

Согласовано
 МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
 М/О. СТЕШИНА С.М.

МЕНЮ
 30 августа 2024 г.

Если 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	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	130	4,7	5,8	20,9	156	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	6	1,3	1,6		20	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2	0,8	13,6	69	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	2,5	10,6	77	0,5
Итого			322	10,9	15,7	45,1	367	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	14,7	67	0
Итого			150	0,7	0,1	14,7	67	0
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,4	7,3	17,1	161	5,2
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	9,2	12,6	9	188	26,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			470	17,1	20,2	48	450	31,4
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	7	78	0,8
Итого			200	7,2	6	44,5	261	0,8
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	4,9	23	0,9
2008	238	РЫБНО РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	10,7	9,2	13,9	183	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	25	0
Итого			360	11,5	9,3	24,8	231	1,8
Всего				47,4	51,3	177,1	1376	35

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
И/О СТЕШИНА С.М.**МЕНЮ**
30 августа 2024 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	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,9	5,7	22,3	161	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,3	0,1	57	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,2		27	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2,6	1	18	92	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	11,5	82	0,5
Итого			386	12,2	17,7	51,9	419	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	14,7	67	0
Итого			150	0,7	0,1	14,7	67	0
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6	9,4	17,3	183	5,4
2012	289	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	9,5	14	8,2	198	23,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,2	97	0
Итого			580	18,7	23,8	52,4	505	28,8
Полдник								
2008		ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	104	1
Итого			250	8,6	7,3	46,8	287	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	4,9	23	0,9
2008	238	РЫБНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180	11,9	9,4	14,4	192	1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
Итого			410	12,7	9,5	26,3	243	1,9
Всего				52,9	58,4	192,1	1521	32,8