

Согласовано

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

МЕНЮ
31 марта 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	140	4,4	5,8	20,3	151	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	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	10,9	78	0,5
Итого			356	9,7	14,1	46,6	353	1
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б	150	4,3	5,8	9,1	158	10
2008	134	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	4,3	7	19,4	158	0
2012	311	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,5	8,4	6,2	130	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	18,7	21,6	57,5	551	11,7
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,5	3,3	26,6	140	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	3,3	3,5	41,8	209	0
Ужин								
2008	444	ОМЛЕТ	150	8,9	14,2	4,6	188	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			360	11,2	14,4	25,2	281	0,5
Всего				42,9	53,6	171,1	1394	13,2

Согласовано

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

МЕНЮ
31 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								
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	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	12,8	86	0,5
Итого			408	10,9	16	56,8	416	1
Обед								
2008	90	ЩИ НА К/Б	180	5	7,2	10,7	148	11,9
2008	272	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6,4	21,9	185	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	21,2	24,1	67,1	630	13,8
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								
2008	444	ОМЛЕТ	160	8,8	15	4,6	194	0,5
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			400	12	15,2	31,8	318	0,5
Всего				47,4	58,8	197,8	1575	15,3