

МЕНЮ
31 мая 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,8	19,6	150	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,3	3		36	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОИ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	2,4	11,8	82	0,5
Итого			374	12,1	17,1	46,8	392	1,1
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	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,1	6,1	13,5	134	12,4
2008	285	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	5,7	19,5	166	0
2008	285	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	50	8,5	9,8	5,9	144	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			500	25	21,9	60,6	544	13
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,7	3,5	28,3	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			200	8,3	8,4	37,6	255	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,7	0,1	4,9	23	0,9
2008	238	РЫБНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	11,9	10	18,2	211	0,9
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			390	14,5	10,3	41,2	315	1,8
Всего				60,7	57,9	201,4	1575	16,9

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

/Власова Т.Н/

МЕНЮ

31 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	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	160	4,9	6,2	22,6	166	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,4	0,1	49	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,8	3,6		45	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,8	1,1	19,4	99	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	13	86	0,5
Итого			414	13,6	18,7	55,1	445	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,8	77	0
Итого			150	0,8	0,2	16,8	77	0
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,9	8,1	12,5	154	12
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	9,9	6,3	21,7	183	0
2008	299	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,7	11,6	5,7	165	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,1	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	28,8	26,4	68,2	632	12,7
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3	4	32	169	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	8,6	8,9	41,3	274	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,7	0,1	4,4	21	0,8
2008	238	РЫБНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180	11,3	9,6	16,1	199	0,9
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,7	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	29	0
Итого			450	14,6	9,9	44,2	328	1,7
Всего				66,4	64,1	225,6	1756	16,5