

Согласовано

МДОУ "Детский сад № 28 комбинированного вида" Власова Т.Н.



МЕНЮ
31 июля 2024 г.

Ясли 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	140	5,2	6,8	20,6	165	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,4	0,9	16,4	84	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,6	10,7	80	0,5
Итого			356	10,8	15,3	47,7	374	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18,2	83	0
Итого			150	0,9	0,2	18,2	83	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,3	5,9	11,9	126	13,1
2008	306	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	3,4	5,3	15,3	122	0
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	50	9	9,9	6,3	148	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	20,3	21,5	56,3	501	14
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5	4,3	15,9	124	0
2008	434	ЙОГУРТ	150	4,4	3,9	7	88	0,4
Итого			200	9,4	8,2	22,9	212	0,4
Ужин								
2008	239	ОМЛЕТ	160	8,5	13,1	5,3	179	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		6,1	25	0
Итого			370	10,9	13,3	26	273	0,4
Всего				52,3	58,5	171,1	1443	15,8



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

МЕНЮ

31 июля 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	КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	160	4,9	6,7	19,3	158	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,3	1,3	22,8	116	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11,7	84	0,5
Итого			408	11,3	17,2	53,9	418	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								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,3	7,1	13,3	247	15,6
2008	306	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,3	6,9	19,5	156	0
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,9	10,4	6,3	157	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			610	23,7	24,8	66,3	685	16,5
Полдник								
2008		ГРЕЧКА С СЫРОМ	50	5,7	4,5	22,1	153	0
2008	434	МОЛОКО УРТ	200	5,4	4,9	8,7	110	0,6
Итого			250	11,1	9,4	30,8	263	0,6
Ужин								
2008	239	ОМЛЕТ	160	8,8	13,3	5,9	184	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		8,1	33	0
Итого			400	12	13,5	34,1	312	0,5
Всего				58,9	65,1	201,9	1755	18,6