

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./

МЕНЮ

27 марта 2025 г.

Ясли 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,3	5,2	21,7	152	0,5
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/5	3,3	1,5	14,6	85	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	1,9	11,1	72	0,4
Итого			335	10	8,6	47,4	309	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	21,7	99	5,9
Итого			200	1	0,2	21,7	99	5,9
Обед								
2008		ТОМАТ СОЛЕНЫЙ	40	0,6		1,2	7	2
2008	76	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,5	7,5	10	133	9,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	9,9	13,9	17,9	237	9,1
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			530	17,4	21,7	51,1	478	20,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,4	3,8	7,3	82	0,8
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	60	6,7	7,9	35,1	237	0,1
Итого			210	11,1	11,7	42,4	319	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,4	5,7	19,7	154	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,7	27	0
Итого			330	7,7	5,9	41	250	0,5
Всего				47,2	48,1	203,6	1455	28,6

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./

МЕНЮ

27 марта 2025 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,8	5,4	26,5	174	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/6	4,3	1,8	19,5	111	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,7	2,2	13,1	83	0,5
Итого			426	11,8	9,4	59,1	368	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	22,2	101	6,1
Итого			200	1	0,2	22,2	101	6,1
Обед								
2008		ТОМАТ СОЛЕНЫЙ	60	0,6		1,2	7	2
2008	76	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	7	11,4	134	10,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	11,5	14,8	21	264	11,1
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			690	20,3	22,2	62,5	538	23,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	7,3	7,4	41,6	262	0,2
Итого			270	12,9	12,3	50,9	367	1,2
Ужин								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,3	6,1	22,5	170	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,4	96	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
Итого			420	9,5	6,4	50,9	298	0,6
Всего				55,5	50,5	245,6	1672	32,9