

Утверждаю



Заведующая
МДОУ "Детский сад №86"
Ивлиева Е.В./

МЕНЮ **28 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								
2012	416	КАША МАННАЯ	150	4,1	4,8	19,6	139	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	4,3	14,6	106	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,1	10,2	70	0,4
Итого			336	8,8	11,2	44,4	315	0,8
Обед								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	3,9	5,7	8,5	106	4,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,8	3,7	24	144	0
2008		БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	9,1	10,5	2,2	139	0,5
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,4	19,1	92	0
Итого			530	19,8	20,3	61,6	512	4,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7,2	80	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,6	3,3	25,3	142	0
Итого			180	6,9	7	32,5	222	0,8
Ужин								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,7	2	3,7	36	1,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6,5	10,3	7,2	147	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
Итого			370	9,5	12,5	33,5	284	1,8
Всего				45	51	172	1333	8

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./



МЕНЮ

28 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								
2012	416	КАША МАННАЯ	180	5,9	5,6	27,1	183	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	7,1	19,6	155	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,7	13,1	91	0,6
Итого			428	12,1	15,4	59,8	429	1,2
Обед								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,5	7,1	10	127	5,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	3,1	30,7	171	0
2008		БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	9,9	12,4	2,6	162	0,8
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,1	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			670	22,6	23	72,6	595	5,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,6	3,4	25,5	143	0
Итого			230	8,2	8,3	34,8	248	1
Ужин								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1	3	6	55	2,9
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	6,8	10,7	8,7	158	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,7	89	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,4	34	0
Итого			480	10,7	13,9	41,8	336	3,1
Всего				53,6	60,6	209	1608	11,2

