

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./

МЕНЮ

31 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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,3	3	21,6	131	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	2,8	6,8	18,8	148	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,3	26	0
Итого			428	7,2	9,8	46,7	305	0
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	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	6,8	6	13,6	137	3,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	12	14,5	9,2	218	30,3
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	102	0
Итого			630	22,1	20,9	51,7	488	33,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,6	4,9	9,4	105	1
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	1,2	20,1	102	0
Итого			240	8,5	6,1	29,5	207	1
Ужин								
2008	444	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННОЙ	100/20	9,9	12	53,5	362	0,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,7	2,2	13,2	84	0,5
Итого			320	12,6	14,2	66,7	446	0,8
Всего				51,4	51,2	216,3	1545	41,6

Утверждаю

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



МЕНЮ 31 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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,3	3,7	20,8	134	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,7	14,7	119	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,7	27	0
Итого			336	6,6	9,4	42,2	280	0
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	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	6	6	12,3	129	3,5
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	10,4	13,6	7,9	199	27,2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			490	18,9	19,9	42,9	432	30,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,2	3,6	6,9	78	0,8
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
Итого			180	6,4	4,5	21,8	154	0,8
Ужин								
2008	444	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ	90/20	9,4	10,4	48,2	325	0,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	1,9	11,1	72	0,4
Итого			260	11,8	12,3	59,3	397	0,7
Всего				44,7	46,3	187,9	1362	38,1