

Утверждаю

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



МЕНЮ

25 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	413	КАША ПШЕННАЯ	180	6	5,7	25,6	179	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	40/6	4,1	1,8	18,4	106	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,7	2,1	13,2	83	0,5
Итого			426	12,8	9,6	57,2	368	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	21,4	98	5,8
Итого			200	1	0,2	21,4	98	5,8
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,8	7,5	14,9	154	3,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	3,6	18,5	118	8,8
2008	314	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	10	12,3	2,6	161	0,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			670	22,1	23,8	65	566	13
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/20	2,9	1,1	32,1	150	0
Итого			260	8,5	6	41,4	255	1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	21,6	16,4	22,9	329	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200			21,2	85	0
Итого			300	21,6	16,4	44,1	414	0,2
Всего				66	56	229,1	1701	21,1

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./



МЕНЮ

25 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	413	КАША ПШЕННАЯ	150	5,2	5,6	21,8	160	0,5
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ	30/5	3,4	1,7	14,6	87	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	1,9	11,4	73	0,4
Итого			335	11	9,2	47,8	320	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								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,2	6,6	12,6	137	3,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,5	2,7	16,3	101	7,8
2008	314	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	60	8,7	10,3	2,4	138	0,6
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			530	19	20	54,8	484	11,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/20	2,2	0,9	20,6	99	0
Итого			200	6,5	4,6	27,6	178	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	90	19,5	15	23,3	310	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	150			17,3	70	0
Итого			240	19,5	15	40,6	380	0,2
Всего				57	49	192,5	1461	19,5