

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./

МЕНЮ

24 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	212	МАКАРОННИК С СЫРОМ	150/5	5	4,6	24,3	159	0
2008	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,5	15,4	120	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,7	27	0
Итого			341	7,4	10,1	46,4	306	0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5	2
2008	84	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,1	7	8,2	118	8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,4	13,9	26,7	275	1,2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			530	17,4	21,3	59,1	506	11,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,5	3,9	7,4	83	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	6,8	6,8	29,7	208	0,8
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,6	5,9	7,7	98	25,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,4	10,8	76	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			370	12,7	13,1	33,4	306	25,9
Всего				44,3	51,3	168,6	1326	37,9

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

/Ивлиева Е.В./

МЕНЮ

24 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	212	МАКАРОННИК С СЫРОМ	180/7	6,4	4,8	30,7	192	0
2008	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	7,8	20,5	164	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8,1	32	0
Итого			385	9,5	12,6	59,3	388	0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1	8	3
2008	84	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,6	7	9,5	124	9,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,2	14,7	34	318	1,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			710	20,6	22,2	73,5	583	14,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,1	5,5	9,3	101	29,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	12,8	90	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,8	89	0
Итого			460	14,3	13	41,2	343	30,3
Всего				52,3	55,6	205,6	1544	45,5