

Согласовано



Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
/Козлова Т.А./

МЕНЮ

6 мая 2024 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 МАННАЯ НА СГУЩЁННОМ МОЛОКЕ	150	4,3	5,9	34,7	209	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	4,8	2,1	20,7	121	0
Итого			386	9,2	8	64,4	366	0,1
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83	1,6
Итого			200	1	0,2	19,6	83	1,6
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ	200	5,1	6,8	10,7	125	12,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ	200	14,7	13,5	26,3	285	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,7	0,5	23,6	114	0
Итого			650	23,5	20,8	68,4	555	13,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	462	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	6	3,5	34,5	192	0,1
Итого			260	11,6	8,4	43,8	297	1,1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,7		1,5	9	0,9
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	5,8	9,2	1,8	113	0,2
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,5	12,3	84	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,8	0,2	18,2	86	0
Итого			450	12,3	11,9	33,8	292	1,6
Всего				57,6	49,3	230	1593	17,5

Повар