

Согласовано

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

7 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,8	7,9	22,8	186	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,8	11	83	0,6
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	4,3	2,1	17,8	108	0
Итого			436	13,3	12,8	51,6	377	1,2
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200	5,9	5,8	15,3	138	14,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,5	4,3	20,8	136	9,8
2008		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	11,1	11	4,2	159	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	18,2	88	0
Итого			650	23,3	21,5	66,3	552	25,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			220	6,2	5,6	24,8	176	1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	20,7	14,8	18	291	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			11,5	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,9	0,2	19	90	0
Итого			450	23,7	15	56,6	459	0,3
Всего				66,5	54,9	199,3	1564	27,6

Повар

