

Согласовано

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

6 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	6,5	9,6	28,2	226	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,9	3,3	13,7	101	0,7
2012		ХЛЕБ С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,2	7,6	11,9	129	0
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>13,6</b>	<b>20,5</b>	<b>53,8</b>	<b>456</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200/11	6,1	7,9	13,9	155	16,7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	8,7	10,3	11	172	5,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,1	106	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>18,3</b>	<b>18,7</b>	<b>55,7</b>	<b>468</b>	<b>22,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СНЕЖОК	200	6,4	5,5	8,8	116	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,8	56	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>8,2</b>	<b>5,6</b>	<b>20,6</b>	<b>172</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,3		0,7	4	0,4
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	5,6	13,5	2,2	152	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	19,6	93	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>9</b>	<b>13,7</b>	<b>31,5</b>	<b>285</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>50,1</b>	<b>58,7</b>	<b>181,8</b>	<b>1467</b>	<b>28,5</b>

Повар *Лагу*