

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

## МЕНЮ

13 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	4,9	4,6	30,7	184	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,5	7,9	19	165	0
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>12</b>	<b>14,7</b>	<b>58,8</b>	<b>416</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200	5	6,8	10,5	124	12,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,6	15,6	34	318	1,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,1	92	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>18,6</b>	<b>22,8</b>	<b>71,4</b>	<b>565</b>	<b>13,6</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,9	4,2	34,5	199	0,1
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>11,5</b>	<b>9,1</b>	<b>43,8</b>	<b>304</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,5	6,2	21,4	165	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	12,1	83	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	20	94	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>11,4</b>	<b>8,8</b>	<b>53,5</b>	<b>342</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>54,5</b>	<b>55,6</b>	<b>247,3</b>	<b>1713</b>	<b>19,7</b>

Повар *Лодич*