

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
Козлова Т.А. /Козлова Т.А./**МЕНЮ**
14 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		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,4	6,2	26,9	183	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,2	1,8	11	71	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,8	16	150	0
Итого			443	10,6	15,8	53,9	404	0,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	10	48	10,3
Итого			100	0,4	0,4	10	48	10,3
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	7,4	7,5	13,9	156	4,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	11,2	5,1	2,8	115	8,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,3	93	0
Итого			661	27,1	17,7	67,7	554	13,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,9	4,2	8	90	0,9
2008	435	СНЕЖОК	200	1,2	1,1	1,7	22	0
2012	479	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,9	4,2	34,3	198	0,1
Итого			460	12	9,5	44	310	1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,5		0,9	6	0,6
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	160	9,4	9,1	0,9	124	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,7	69	0
Итого			450	12,2	9,3	23,6	228	0,8
Всего				62,3	52,7	199,2	1544	26

Повар

Лорд