

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

МЕНЮ

15 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,6	7,1	25,6	189	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	12	82	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,8	16,1	151	0
Итого			443	12,5	17,3	53,7	422	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	200/11	5,3	7,1	14	145	4,1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,4	4,7	2,9	103	7,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	19,6	94	0
Итого			661	23,3	16,9	69,2	536	11,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,5	44,8	234	0,1
Итого			260	11,6	8,4	54,1	339	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,8	1,1	4,6	30	2,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	160	8,4	8,9	1,1	119	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,5	73	0
Итого			450	11,7	10,2	30,2	258	2,3
Всего				59,5	53,2	217	1602	26

Повар