

Согласовано

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

31 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		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,8	7,5	26,6	193	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3	7,7	10,1	122	0
Итого			443	7,9	15,2	44,1	345	0,5
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200/11	5,4	8,2	9,8	137	4,8
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	3,8	30,7	177	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	7,6	10,1	2,4	131	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,4	0,2	8,9	43	0
Итого			661	19,3	22,3	59,6	519	5,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,3	5,6	33,5	205	0
Итого			260	10,9	10,5	42,8	310	1
Ужин								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,4		0,8	5	1,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	160	10,1	2,3	21	145	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,8	75	0
Итого			450	13	2,5	44,7	254	1,4
Всего				51,1	50,5	191,2	1428	8,4

Повар