

Согласовано

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

5 июня 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,1	7,4	23,4	181	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,8	3,2	12,4	94	0,7
2012		ХЛЕБ С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	2,5	5,3	10,8	101	0
Итого			339	11,4	15,9	46,6	376	1,4
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	150/9	5,3	7	13,5	142	3,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	9,1	8,9	7,6	150	25,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	16,9	81	0
Итого			499	17	16,3	44,8	400	28,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,4	44,4	229	0,1
Итого			200	9,7	7,1	51,4	308	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,8	1,1	4,6	31	2,2
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	8,1	9,1	1,1	120	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,1	52	0
Итого			330	10,7	10,3	22,8	227	2,4
Всего				48,8	49,6	165,6	1311	33,5

Повар