

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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>11,4</b>	<b>15,9</b>	<b>46,6</b>	<b>376</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>17</b>	<b>16,3</b>	<b>44,8</b>	<b>400</b>	<b>28,8</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>7,1</b>	<b>51,4</b>	<b>308</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>10,7</b>	<b>10,3</b>	<b>22,8</b>	<b>227</b>	<b>2,4</b>
<b>Всего</b>				<b>48,8</b>	<b>49,6</b>	<b>165,6</b>	<b>1311</b>	<b>33,5</b>

Повар