**Согласовано**

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

# МЕНЮ

**13 мая 2024 г.**

## Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 2,5 | 2,2 | 0,1 | 31 | 0 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 110 | 4,3 | 4,5 | 27,4 | 167 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 8 | 32 | 0 |
| 2012 | | БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ | 30/5/4 | 4 | 5,6 | 18,9 | 143 | 0 |
| **Итого** | | | **339** | **10,9** | **12,3** | **54,4** | **373** | **0** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| **Итого** | | | **200** | **1** | **0,2** | **19,8** | **86** | **4** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ | 150 | 4,3 | 5,3 | 9,1 | 102 | 10,8 |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 9,5 | 13,1 | 30,3 | 278 | 1,1 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,4 | 0,3 | 15,3 | 74 | 0 |
| **Итого** | | | **490** | **16,2** | **18,7** | **60,5** | **477** | **11,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| 2012 | 479 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 5,3 | 4,1 | 30,1 | 179 | 0,1 |
| **Итого** | | | **200** | **9,6** | **7,8** | **37,1** | **258** | **0,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ | 150 | 4,9 | 5,9 | 18,4 | 147 | 0,5 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,9 | 2,4 | 11 | 78 | 0,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,8 | 0,1 | 12 | 57 | 0 |
| **Итого** | | | **330** | **9,6** | **8,4** | **41,4** | **282** | **1** |
| **Всего** | | | | **47,3** | **47,4** | **213,2** | **1476** | **17,8** |

Повар _____