

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
/Козлова Т.А./**МЕНЮ**
16 мая 2024 г.**Ясли 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	6,3	22,5	163	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	68	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,5	4,3	15,1	110	0
Итого			335	9	12,8	46,8	341	1
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	6,5	10,7	121	3,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,9	13,1	96	6,3
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	9,3	8,9	4,5	134	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			499	18,2	19,6	49,3	448	10,4
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	3,9	3,5	6,2	78	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,2	57	0
Итого			180	5,7	3,7	18,4	135	1
Ужин								
2008	219	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	16,5	14,9	18,5	279	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,2	57	0
Итого			330	18,4	15,1	44,5	391	0,3
Всего				51,3	51,2	159	1315	12,7

Повар

