



Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

# МЕНЮ

21 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	3,7	6,1	15	131	0,4
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2	1,7	8,2	58	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	2,8	4,8	12,4	104	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>8,5</b>	<b>12,6</b>	<b>35,6</b>	<b>293</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/9	7	6,7	18,6	167	7,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,4	8,3	4,5	128	14,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,5	0,2	9,3	45	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>16,9</b>	<b>15,2</b>	<b>39,2</b>	<b>367</b>	<b>22,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,7	3,1	6	68	0,7
2008		ВАФЛИ	20	0,5	0,6	14	64	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,2</b>	<b>3,7</b>	<b>20</b>	<b>132</b>	<b>0,7</b>
<b>Ужин</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	12,1	13,3	12,3	219	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			6,7	27	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,9	0,1	5,9	28	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>13,1</b>	<b>13,4</b>	<b>30,9</b>	<b>298</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>42,7</b>	<b>44,9</b>	<b>125,7</b>	<b>1090</b>	<b>23,8</b>

Повар \_\_\_\_\_