

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

**МЕНЮ**

27 мая 2024 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	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	3,6	5,5	16,6	132	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>10,5</b>	<b>12,2</b>	<b>52,1</b>	<b>362</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	6,1	9,4	113	10,9
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	9,5	13,1	30,4	278	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	15,9	77	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>16,4</b>	<b>19,5</b>	<b>61,5</b>	<b>491</b>	<b>12</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,3	4,2	30,1	179	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,6</b>	<b>7,9</b>	<b>37,1</b>	<b>258</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,8	5,8	18,3	146	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,8	2,3	10,9	77	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	8,9	42	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9</b>	<b>8,2</b>	<b>38,1</b>	<b>265</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>46,5</b>	<b>48</b>	<b>208,6</b>	<b>1462</b>	<b>17,9</b>

Повар