

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

МЕНЮ

28 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	7,5	18,8	159	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	2,5	9,6	73	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,7	5,6	17,4	135	0
Итого			339	10,9	15,6	45,8	367	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	150/9	5,3	7,7	14,5	151	3,7
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,8	8,1	6,7	138	21,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,5	80	0
Итого			499	16,7	16,1	43,5	392	25,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	6,6	6,6	29,3	204	0,8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	16,9	17,5	13,4	281	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9,4	45	0
Итого			330	18,4	17,6	37,6	385	0,3
Всего				52,6	55,9	156,2	1348	27,5

Повар

