

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

# МЕНЮ

1 августа 2024 г.

Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,4	6,9	25,4	186	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,7	2,3	10,3	74	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,5	6,1	15,5	127	0
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>10,6</b>	<b>15,3</b>	<b>51,2</b>	<b>387</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	7,1	8,3	14,3	163	4,2
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,6	30,7	184	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	7,6	10,1	2,7	132	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200			8,8	36	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,8	105	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>23</b>	<b>23,5</b>	<b>78,3</b>	<b>620</b>	<b>5,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ЙОГУРТ	200	5	4,5	8,1	101	1,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	12,9	61	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7</b>	<b>4,7</b>	<b>21</b>	<b>162</b>	<b>1,3</b>
<b>Ужин</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	20,9	18	26,7	356	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,3	21,5	101	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>24,3</b>	<b>18,3</b>	<b>56,3</b>	<b>489</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>64,9</b>	<b>61,8</b>	<b>206,8</b>	<b>1658</b>	<b>8</b>

Повар

