

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
Козлова Т.А./

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сад 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,5	6,2	25,5	180	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		6,4	26	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,7	2	14,1	90	0
Итого			436	9,3	8,2	46	296	0,5
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,2	5,7	14	131	4,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	6,9	7,5	2,7	107	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			661	20,4	18,3	65,2	510	5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,5	44,1	230	0,1
Итого			260	11,6	8,4	53,4	335	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,9	1	3,7	27	1,8
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	8,3	8,1	1	111	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,9	75	0
Итого			450	11,7	9,3	27,7	242	2
Всего				53	44,2	192,3	1383	8,6

Повар

Лару