

Согласовано

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

МЕНЮ

2 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,6	7,9	22,5	184	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,6	10,7	78	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,4	147	0
Итого			443	12,5	18,3	48,6	409	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,2	8,7	10,8	150	12,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,7	5,4	24,7	162	11,9
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	8,4	10,6	4,4	146	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,5	108	0
Итого			661	20,8	25,2	70,2	597	24,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	22,1	17,9	19,8	333	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	0,2	18	85	0
Итого			450	24,9	18,1	52,7	478	0,3
Всего				66,5	69,8	212,9	1761	37,2

Повар

Маш