

Согласовано

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

3 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,4	4,3	20,6	135	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,3	26	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,5	4,3	15,3	111	0
Итого			335	6	8,6	42,2	272	0,4
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150/9	4,9	5	11,5	115	12
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	1,8	3,1	11,8	82	5,7
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	9,3	9,4	4,1	139	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,2	73	0
Итого			499	18,4	17,8	47,5	428	18,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,2	53	0
Итого			180	6	3,8	18,2	132	0,8
Ужин								
2008	219	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	13,9	11,8	12,1	214	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,2	53	0
Итого			330	15,7	11,9	37,1	322	0,2
Всего				46,1	42,1	145	1154	19,7

Повар

