

Согласовано

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

МЕНЮ

3 сентября 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	7,5	22,2	175	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,5	77	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,6	16,2	150	0
Итого			443	11,7	17,6	48,9	402	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	200	6,3	6,5	18,2	156	4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,6	10,5	18,7	208	9,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,6	90	0
Итого			650	18,8	17,4	63,3	485	13,8
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								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	17,6	17,9	19,4	309	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,6	73	0
Итого			450	20,1	18,1	50,9	445	0,3
Всего				59,5	61,1	214,5	1648	20,1

Повар *Ладина*