

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

МЕНЮ

4 сентября 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ | 200 | 5,5 | 7 | 25,5 | 188 | 0,5 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,8 | 2,3 | 11,9 | 81 | 0,5 |
| 2012 | | БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ | 30/7/6 | 3,9 | 7,8 | 15,5 | 148 | 0 |
| Итого | | | 443 | 12,2 | 17,1 | 52,9 | 417 | 1 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 200/11 | 5,3 | 7 | 14 | 143 | 4,2 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 5,5 | 4,7 | 24,9 | 163 | 0 |
| 2012 | 310 | ГУЛЯШ КУРИНЫЙ | 70 | 7,6 | 9,1 | 2,7 | 123 | 0,8 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 7,8 | 31 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 2,8 | 0,4 | 17,9 | 86 | 0 |
| Итого | | | 661 | 21,2 | 21,2 | 67,3 | 546 | 5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| 2012 | 473 | УГОЛОК С ПОВИДЛОМ | 60 | 6 | 3,5 | 43,5 | 229 | 0,1 |
| Итого | | | 260 | 11,6 | 8,4 | 52,8 | 334 | 1,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,7 | 1 | 2,7 | 23 | 6,8 |
| 2008 | 250 | СУФЛЕ РЫБНОЕ | 160 | 8 | 8,9 | 1 | 117 | 0,2 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 8,1 | 32 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,2 | 0,2 | 14,7 | 70 | 0 |
| Итого | | | 450 | 11 | 10,1 | 26,5 | 242 | 7 |
| Всего | | | | 56 | 56,8 | 199,5 | 1539 | 14,1 |

Повар

Слав