

Согласовано

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

МЕНЮ

5 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,6	6,3	25,6	182	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,5	96	0
Итого			436	9,6	8,3	48,5	308	0,5
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	200	5,1	5,9	13,8	129	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	3	0,4	18,9	91	0
Итого			650	20,5	18,5	66,1	513	5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	469	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8,7	6,5	36	236	0,1
Итого			260	14,3	11,4	45,3	341	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	1	4,1	28	1,9
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	9,4	7,4	1,1	109	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,3	77	0
Итого			450	12,7	8,6	28,6	243	2,1
Всего				57,1	46,8	188,5	1405	8,7

Повар _____