

Согласовано

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

МЕНЮ

5 мая 2025 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	5,5	3,9	26,8	164	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,4	1,9	12	79	0
Итого			436	11,5	8	45	299	0
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83	1,6
Итого			200	1	0,2	19,6	83	1,6
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200	5	4,8	10,4	106	12,3
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	9,8	12,2	33,7	284	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,4	0,3	15,2	73	0
Итого			650	17,2	17,3	65,1	486	13,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			13,4	54	0
2012	462	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	5,9	3,5	33,4	188	0,1
Итого			260	5,9	3,5	46,8	242	0,1
Ужин								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	200	5,6	5,5	24,6	170	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	11	78	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,9	0,2	12,8	60	0
Итого			450	10,4	8,1	48,4	308	1
Всего				46	37,1	224,9	1418	15,9

Повар

