

Согласовано

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

5 июля 2024 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	6,6	21,3	165	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	78	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,7	7,7	20,1	169	0
Итого			443	12,4	16,8	52	412	1
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		0,8	5	3,3
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	6	7,6	19	172	4,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,2	18,5	123	8,9
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	12,1	5,3	1,8	118	10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,3	0,3	14,7	71	0
Итого			701	23,4	17,4	62,6	520	26,4
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			14,4	58	0
2012	469	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	9,7	5,4	35,2	228	0,1
Итого			260	9,7	5,4	49,6	286	0,1
Ужин								
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	9,2	3,9	4,1	88	0,4
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	140	10,1	4,7	21	167	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	24,7	117	0
Итого			450	23,2	8,9	56,9	401	0,4
Всего				68,7	48,5	221,1	1619	27,9

Повар