



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

# МЕНЮ

6 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,3	5,7	26,2	174	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,8	2	14,7	92	0
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>8,2</b>	<b>7,7</b>	<b>48,3</b>	<b>296</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200	5,6	5,8	13,2	129	13,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,5	4,1	16,8	115	8,1
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	10,3	11,2	4,5	160	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,7	104	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>21,8</b>	<b>21,6</b>	<b>62</b>	<b>531</b>	<b>22,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			13,4	54	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,6	55	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>1,8</b>	<b>0,1</b>	<b>25</b>	<b>109</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	17,6	14,8	19,2	284	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50	0,1		9,3	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,9	0,2	19,4	92	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>20,7</b>	<b>15</b>	<b>54</b>	<b>439</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>52,5</b>	<b>44,4</b>	<b>189,3</b>	<b>1375</b>	<b>23,3</b>

Повар 