

Согласовано

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

МЕНЮ

6 сентября 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,9	7,5	27,7	199	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	11,8	79	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,5	6,1	15,6	127	0
Итого			437	10,1	15,8	55,1	405	1
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	9	14	161	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	10,1	9,5	8,3	161	27,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200			8,4	34	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,6	89	0
Итого			661	18,3	18,9	49,3	445	31,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого			225	6,3	5,7	28,6	194	1
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,9	2,9	3,8	46	2,2
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	160	10,1	3,9	21	160	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,5	78	0
Итого			450	13,6	7	50,3	320	2,2
Всего				48,3	47,4	183,3	1364	35,9

Повар Мар