



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

# МЕНЮ

7 марта 2025 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,4	5,4	25	168	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,2	1,9	9,5	65	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,1	14,9	124	0
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>9</b>	<b>13,4</b>	<b>49,4</b>	<b>357</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б	200	5,2	4,9	15,1	126	4,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	9,4	8,2	8,1	145	27,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,3	98	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>17,8</b>	<b>13,5</b>	<b>50,3</b>	<b>396</b>	<b>32,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			14,4	58	0
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>1,8</b>	<b>1,4</b>	<b>36,9</b>	<b>168</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,3		0,5	4	1,6
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	10,1	3,1	21	152	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,2	16,8	79	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>13,1</b>	<b>3,3</b>	<b>45,4</b>	<b>264</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>41,7</b>	<b>31,6</b>	<b>182</b>	<b>1185</b>	<b>34,9</b>

Повар Лорис