

Согласовано

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

7 апреля 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		
Завтрак								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,3	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	5,5	4,7	26,8	171	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,1	15,1	125	0
Итого			437	10,5	13,1	49,1	356	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,2	6,8	10,7	128	12,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	9,9	12,2	33,9	285	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,3	88	0
Итого			661	18	19,4	68,7	524	13,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	462	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	6	3,5	34,5	192	0,1
Итого			260	11,6	8,4	43,8	297	1,1
Ужин								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	200	5,5	6,3	25,6	181	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,4	11	78	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	16	76	0
Итого			450	10,7	8,9	52,6	335	1
Всего				50,8	49,8	214,2	1512	15,5

Повар