

Согласовано

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

# МЕНЮ

7 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,6	6,3	25,7	183	0,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,1	14,4	122	0
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>8</b>	<b>12,4</b>	<b>47,2</b>	<b>334</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200	5,6	5,8	13,4	130	13,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,1	18,4	122	8,9
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	7,6	9,1	2,8	124	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19	92	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>18,9</b>	<b>19,4</b>	<b>60,4</b>	<b>495</b>	<b>23,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,5	46	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11	52	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>1,7</b>	<b>0,1</b>	<b>22,5</b>	<b>98</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/6	6,3	5,5	30,7	198	0
2008	431	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	11,6	81	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,8	0,2	18,4	87	0
<b>Итого</b>			<b>456</b>	<b>12</b>	<b>8,2</b>	<b>60,7</b>	<b>366</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>40,6</b>	<b>40,1</b>	<b>190,8</b>	<b>1293</b>	<b>24,7</b>

Повар

Ласун