

Согласовано



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

МЕНЮ

8 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	4,9	4,6	30,7	184	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,2	7,8	17	155	0
Итого			443	14,1	16,9	58	440	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ	200	5,5	6,9	13	137	16
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,6	15,6	34,1	318	1,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	0,5	24,4	118	0
Итого			650	19,9	23	78,3	600	17,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	6	4,2	34,5	199	0,1
Итого			260	11,6	9,1	43,8	304	1,1
Ужин								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,2	6	21	160	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,6	2,2	11,7	78	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	20	95	0
Итого			450	10,8	8,4	52,7	333	1
Всего				56,4	57,4	232,8	1677	19,3

Повар

Жозлова Т.А.