

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

МЕНЮ

9 октября 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,5	5,9	26,5	177	0,5
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	11,6	81	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,2	95	0
Итого			436	11,3	10,4	53,3	353	1
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	6,3	16,4	148	4,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	9,2	8,7	10,7	159	12,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			661	17,6	15,4	52,6	423	17,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,9	43,4	232	0,1
Итого			260	11,6	8,8	52,7	337	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,9	1,3	5,4	36	2,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	9,2	7,8	1,1	112	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	0,2	17,7	83	0
Итого			450	12,9	9,3	33,2	267	2,7
Всего				53,4	43,9	191,8	1380	22,2

Повар