Согласовано

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

МЕНЮ

10 июля 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 ПШЕННАЯ	200	5,3	6,9	25,3	185	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,6	2,2	11,7	78	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,8	16,1	151	0
Итого			**443**	**11,9**	**16,9**	**53,1**	**414**	**1**
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,5	7,3	15,9	156	5,1
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	10	9,4	14,2	182	19,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			**661**	**18,2**	**17,1**	**55,3**	**453**	**25**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6,1	3,5	49,2	251	0,1
Итого			**260**	**11,7**	**8,4**	**58,5**	**356**	**1,1**
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,3	1,1	7,3	43	3,4
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	140	13,9	14,9	2	198	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,2	14,9	70	0
Итого			**450**	**17,6**	**16,2**	**33,2**	**347**	**3,7**
Всего				**59,4**	**58,6**	**200,1**	**1570**	**30,8**

Повар _____