Согласовано

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

МЕНЮ

10 сентября 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								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,5	7,8	22,3	182	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,5	77	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,8	15,8	150	0
Итого			**443**	**12,4**	**18,1**	**48,6**	**409**	**1**
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ	200	6,9	6	14	138	4,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	5,1	17,2	127	8,2
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,5	10,8	3,3	153	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,7	90	0
Итого			**650**	**23,1**	**22,3**	**61**	**539**	**12,9**
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			**230**	**7,9**	**7,8**	**31,6**	**230**	**1**
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	18,5	17,1	18,1	303	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50	.		11,5	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	0,2	13,4	63	0
Итого			**450**	**20,6**	**17,3**	**51,1**	**444**	**0,3**
Всего				**64**	**65,5**	**192,3**	**1622**	**15,2**

Повар _____