



МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

10 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,6	6,3	25,7	182	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,6	6,1	16	130	0
Итого			437	11,1	14,9	52,3	389	1
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200/11	6	6,9	15,1	151	14,6
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	3,8	30,7	177	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	7,6	9,1	2,7	123	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,6	99	0
Итого			661	21,7	20,2	76,9	581	15,4
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	200	5,7	5,1	9,1	114	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	13,5	64	0
Итого			230	7,8	5,3	22,6	178	1,4
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	23,2	17,1	28,2	365	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,4	0,3	22,5	106	0
Итого			450	26,7	17,4	58,8	503	0,3
Всего				67,3	57,8	210,6	1651	18,1

Повар *Мам*