

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

10 декабря 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,5	6,3	25,6	181	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	10,5	76	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,7	2	14,1	90	0
Итого			436	12	10,8	50,2	347	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ	200/11	6,4	7,5	17,9	167	3,8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,6	9,5	18,9	200	9,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,6	89	0
Итого			661	18,9	17,4	62,2	483	13,7
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								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	18,5	16	19,3	298	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			11,5	46	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,4	78	0
Итого			450	21,1	16,2	54,3	451	0,3
Всего				59,9	52,2	198,3	1511	16

Повар

