



Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

11 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,2	6,4	26	179	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,2	10,1	72	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,3	7,9	17,6	158	0
Итого			443	11,1	16,5	53,7	409	1
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		0,9	5	3,7
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,5	8,2	16	164	4,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,2	19,9	129	9,7
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА	70	10,6	9,6	2,7	139	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,6	0,3	16,7	81	0
Итого			701	21,9	22,3	64	549	18,6
Полдник								
2008	435	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			230	7,8	7,7	30,9	226	1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	22,7	19,6	23,2	365	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,8	0,1	11,7	55	0
Итого			450	24,6	19,7	50,8	483	0,3
Всего				65,4	66,2	199,4	1667	20,9

Повар