

Согласовано

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

МЕНЮ

12 февраля 2025 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	4,1	5,5	25,8	170	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,8	2	14,5	92	0
Итого			436	8	7,5	47,7	292	0,4
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,3	4,9	15,3	127	4,2
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	8,6	7,8	10,8	149	14,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	18	87	0
Итого			650	16,7	13,1	49,9	386	18,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,5	46,4	240	0,1
Итого			260	11,6	8,4	55,7	345	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,7	1	4,1	28	1,9
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	9	8,1	1	115	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,2	15,4	73	0
Итого			450	12,1	9,3	27,6	245	2,1
Всего				48,4	38,3	180,9	1268	22

Повар

