

Согласовано

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

МЕНЮ

14 мая 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 ПШЕННАЯ	200	5,6	6,3	25,7	182	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	11,1	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,8	2	14,6	92	0
Итого			436	12,3	10,7	51,4	352	1
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	200	5,1	5,9	13,8	129	4,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С КУРИЦЕЙ	200	12,2	10	26,2	243	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			650	20,1	16,3	63,5	480	5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,4	42,5	224	0,1
Итого			260	11,6	8,3	51,8	329	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	1	4,1	28	1,9
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	9	7,3	1,1	107	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,2	15,1	72	0
Итого			450	12,1	8,5	27,4	236	2,1
Всего				56,1	43,8	194,1	1397	9,2

Повар