

Согласовано

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

# МЕНЮ

16 октября 2024 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5,2	6,8	26,4	188	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	12,1	82	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,5	6,1	15,5	127	0
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>10,6</b>	<b>15,3</b>	<b>54</b>	<b>397</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	6,6	14,1	140	4,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	7,6	8,6	2,7	119	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	19,6	94	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>21,5</b>	<b>20,3</b>	<b>69,1</b>	<b>547</b>	<b>5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6,1	3,2	44,8	230	0,1
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>11,7</b>	<b>8,1</b>	<b>54,1</b>	<b>335</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	0,8	3,1	24	8,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	10,1	7,9	1,1	116	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	20	95	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>14</b>	<b>8,9</b>	<b>32,3</b>	<b>267</b>	<b>8,3</b>
<b>Всего</b>				<b>57,8</b>	<b>52,6</b>	<b>209,5</b>	<b>1546</b>	<b>15,4</b>

Повар

*Лодис*