

Согласовано

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

МЕНЮ

17 сентября 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	7,5	22,3	175	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	11,6	81	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,2	7,7	17,5	156	0
Итого			443	11,9	17,7	51,4	412	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	200	6,3	7,5	18,6	166	4,2
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,6	10,5	19,1	209	10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,1	102	0
Итого			650	19,2	18,4	65,6	504	14,2
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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	20	18,2	28,1	360	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,9	0,2	19,2	90	0
Итого			450	23	18,4	55,4	482	0,3
Всего				62	62,3	204	1628	16,5

Повар