

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

17 декабря 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								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,5	7	22,4	176	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,1	15	125	0
Итого			437	10,8	15,6	48	378	1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	7,3	9,6	128	4,7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С КУРИЦЕЙ	200	10	9,6	22,4	216	11,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,4	93	0
Итого			661	18,3	17,3	58,2	464	16,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			230	7,4	6,3	31,8	215	1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	20,6	16,8	28,7	353	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,2	17	80	0
Итого			450	23,3	17	52,8	462	0,3
Всего				59,8	56,2	190,8	1519	18,6

Повар

