Согласовано

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

МЕНЮ

18 сентября 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,6	7,1	26,7	193	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	13,1	86	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,5	148	0
Итого			**443**	**12,4**	**17,3**	**55,3**	**427**	**1**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	**10**
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	8,9	14	159	4,2
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	160	11,7	14,9	11,7	228	13,1
2008	411	ПОДЛИВА	40	0,3		2	10	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			**661**	**20,5**	**24,2**	**56**	**527**	**17,9**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого			**225**	**6,3**	**5,7**	**28,6**	**194**	**1**
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,7	3,2	2,8	43	2,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,5	4,7	24,9	163	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,8	0,2	18,6	88	0
Итого			**450**	**9,1**	**8,1**	**55,3**	**330**	**2,5**
Всего				48,7	55,7	205	1525	32,4

Повар _____