

Согласовано



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

## МЕНЮ

18 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,5	5,9	26,5	178	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	12,1	83	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	4	2	15,7	97	0
Итого			436	11,4	10,3	54,3	358	1
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	5,8	16,4	143	4,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	9,2	9,3	10,7	164	12,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	18,9	91	0
Итого			661	17,8	15,5	52,8	425	17,3
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,5	44,7	233	0,1
Итого			260	11,6	8,4	54	338	1,1
<b>Ужин</b>								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,9	1,1	5,3	34	2,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	8,8	8,1	1,1	114	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,2	17,3	82	0
Итого			450	12,4	9,4	30,8	259	2,7
Всего				53,2	43,6	191,9	1380	22,1

Повар

Мор