Согласовано

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

МЕНЮ

19 марта 2025 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	5,5	25,7	175	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	11,1	78	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,1	15	125	0
Итого			**437**	**10,9**	**14**	**51,8**	**378**	**1**
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	4,8	5,3	14	127	4,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	6,9	7,5	2,7	107	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	18	87	0
Итого			**661**	**20**	**17,9**	**65,4**	**507**	**5**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,5	42,6	225	0,1
Итого			**260**	**11,6**	**8,4**	**51,9**	**330**	**1,1**
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	1	4,1	28	1,9
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	140	9,1	7,3	1,1	108	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,5	73	0
Итого			**440**	**12,3**	**8,5**	**27,8**	**238**	**2,1**
Всего				**54,8**	**48,8**	**196,9**	**1453**	**9,2**

Повар _____