

Согласовано

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

МЕНЮ

19 июня 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		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,5	6,7	26,5	186	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	12,1	83	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,6	15,4	146	0
Итого			443	11,3	16,7	54	415	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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,4	7,2	14,9	149	3,9
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,3	3,3	6,5	67	23,4
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	11,1	10	2,9	147	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	0,5	24,3	117	0
Итого			661	22,6	21	56,4	511	27,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,1	3,4	44,7	233	0,1
Итого			260	11,7	8,3	54	338	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,8	1,1	4,5	30	2,1
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	5,8	11,2	1,7	131	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,2	67	0
Итого			450	8,9	12,5	29,4	264	2,3
Всего				54,9	58,9	203,6	1575	42

Повар _____