

Согласовано

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

МЕНЮ

19 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	6,6	22,4	169	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	10,7	78	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,6	15,4	146	0
Итого			443	11,8	16,7	48,5	393	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	5,4	7	15,8	148	5,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,3	4,3	23,2	145	11,3
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,4	5,7	3,3	114	7,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,6	89	0
Итого			650	21	17,4	68,7	527	24,4
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,5	46	0
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	60	6,2	5,3	39,6	230	0,1
Итого			260	6,2	5,3	51,1	276	0,1
Ужин								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,5		1,1	6	1,8
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	160	10,1	3,9	21	160	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого			450	14,1	4,2	53,2	306	1,8
Всего				54,1	43,8	241,3	1588	31,3

Повар