Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

_____/Козлова Т.А./

МЕНЮ

19 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,5	6,7	26,5	185	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,3	147	0
Итого			443	11,3	17	52,4	409	1
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	7,1	6,9	14,2	150	4,2
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	9,1	10,3	10,6	172	12,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200			8,9	36	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,2	97	0
Итого			661	19,4	17,6	53,9	455	17,3
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	200	5,5	4,9	8,9	111	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	13,5	64	0
Итого			230	7,6	5,1	22,4	175	1,4
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	18,5	17,7	22,7	326	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			11,5	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,4	0,3	22,5	106	0
Итого			450	22	18	64,8	510	0,3
Всего				60,3	57,7	193,5	1549	20

Повар _____