

Согласовано

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

## МЕНЮ

20 сентября 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5	6,7	26,9	189	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,3	10,9	76	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,2	147	0
Итого			443	11,7	16,8	53	412	1
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,4	7,9	15,1	155	4,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	9,6	9,5	6,7	153	24
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200			8,9	36	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,3	88	0
Итого			661	17,9	17,8	49	432	28,7
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,9	5,3	34,5	208	0,1
Итого			260	11,5	10,2	43,8	313	1,1
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,7		1,6	9	1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	160	9,1	10,1	1	132	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,8	0,2	18,6	88	0
Итого			450	12,7	10,3	29,3	261	1,2
Всего				53,8	55,1	175,1	1418	32

Повар

Маш