

Согласовано

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

МЕНЮ

21 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,5	6,2	25,5	180	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,4	10,4	75	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,8	2	14,5	92	0
Итого			436	12,1	10,6	50,4	347	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	200	6,3	6,5	18,7	158	4,3
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	8,6	8,4	22	199	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	18	87	0
Итого			650	17,7	15,3	65,5	471	15,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			235	7,7	6,5	35,6	233	1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	17,7	15,6	18,1	287	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,2	15,4	73	0
Итого			450	20,1	15,8	48,4	420	0,3
Всего				57,6	48,2	199,9	1471	17,8

Повар

