

Согласовано

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

МЕНЮ

21 марта 2025 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 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | 200 | 5,2 | 5,3 | 26,2 | 174 | 0,5 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 2,5 | 12,2 | 84 | 0,5 |
| 2012 | | БАТОН С МАСЛОМ | 30/7/6 | 2,4 | 6,1 | 14,7 | 123 | 0 |
| Итого | | | 443 | 10,6 | 13,9 | 53,1 | 381 | 1 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 200/11 | 7,1 | 6 | 14,2 | 142 | 4,2 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 200 | 9,8 | 8,2 | 9,8 | 154 | 32,2 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 2,7 | 0,4 | 17,2 | 83 | 0 |
| Итого | | | 661 | 19,6 | 14,6 | 47 | 402 | 36,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 110 | 0 |
| Итого | | | 230 | 7,4 | 6,3 | 31,8 | 215 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 210 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 200 | 7,3 | 4,8 | 37,6 | 223 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7,1 | 29 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,7 | 0,2 | 17,5 | 83 | 0 |
| Итого | | | 450 | 10,1 | 5 | 62,2 | 335 | 0 |
| Всего | | | | 47,7 | 39,8 | 194,1 | 1333 | 38,4 |

Повар

