

Согласовано

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

21 июня 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	3,7	5,7	21,4	152	0,3
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,8	1,6	9,7	61	0,3
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,6	16,2	150	0
Итого			443	9,5	14,9	47,3	363	0,6
II Завтрак								
		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	7,5	36	3,2
Итого			100	0,3	0,3	7,5	36	3,2
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	9,2	14,1	164	4,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,5	4,7	18,1	126	8,9
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,2	7,6	1,7	123	7,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,2	0,2	7,7	37	0
Итого			661	18,2	21,7	50,3	485	20,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	3,8	3,3	6,3	71	0,7
2008		ЙОГУРТ	200	0,8	0,7	1,3	16	0,2
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			430	6,4	5,4	30,1	197	0,9
Ужин								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,5		1	6	1,6
		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	2,6	0,2	17,3	82	0
Итого			450	13,3	4,1	48,3	284	1,6
Всего				47,7	46,4	183,5	1365	27,1

Повар

