

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
22 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,6	5,6	22	158	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,7	2	13,8	88	0
Итого			436	8,4	7,6	43,2	276	0,5
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	200	5,1	5,9	13,8	129	4,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	6,3	7,9	2,4	107	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,2	93	0
Итого			650	19,9	18,9	66,1	515	4,7
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	2,6	44,8	225	0,1
Итого			260	11,6	7,5	54,1	330	1,1
<b>Ужин</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	1	1,1	5,8	37	2,8
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	8,8	8,1	1	113	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,7	70	0
Итого			450	12,1	9,4	28,6	249	3
Всего				52	43,4	192	1370	9,3

Повар

*Лодуф*