

Согласовано

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

МЕНЮ

23 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		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,6	5,9	26,6	179	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	10,7	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	4	2	16,1	99	0
Итого			436	11,6	10,4	53,4	356	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200	5,7	5,8	14,9	137	14,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,1	18,4	122	8,9
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	10,2	11,4	4,1	158	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,6	0,3	16,8	81	0
Итого			650	21,2	21,6	61	525	24,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			12,5	50	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,5	59	0
Итого			230	1,9	0,2	25	109	0
Ужин								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	50	0,3		0,6	4	2,5
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	10,1	3,9	21	160	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,2	0,3	20,8	98	0
Итого			450	13,7	4,2	49,5	291	2,5
Всего				49,4	36,6	208,7	1367	31,6

Повар

