

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А. /Козлова Т.А./**МЕНЮ**

24 июня 2024 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								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	4,9	5,5	30,7	191	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,2	7,9	17,6	158	0
Итого			443	11,7	15,6	57,4	416	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ	200	5	6,8	10,2	123	12,3
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,6	14,8	33,8	309	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	8,4	35	0,7
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	0,5	24,2	116	0
Итого			650	19,5	22,2	76,6	583	14,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	60	6,2	4,3	39,6	221	0,1
Итого			260	11,8	9,2	48,9	326	1,1
Ужин								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,2	6	22	164	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,6	2,2	11,7	78	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,1	0,3	20,3	96	0
Итого			450	10,9	8,5	54	338	1
Всего				53,9	55,5	236,9	1663	16,2

Повар

Ладун