Согласовано

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

МЕНЮ

24 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,2	6,8	25,1	183	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,5	2,1	11,5	76	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,1	7,8	16,5	153	0
Итого			**443**	**11,8**	**16,7**	**53,1**	**412**	**0,8**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	**10**
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	7,3	16,6	159	5,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2008	256	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	7,6	9,1	2,7	123	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21	101	0
Итого			661	**22**	**21,5**	**73**	**577**	**6,2**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	60	6,2	4,3	38,6	217	0,1
Итого			**260**	**11,8**	**9,2**	**47,9**	**322**	**1,1**
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	1,1	1,1	3	27	11,4
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	160	10,5	8,2	1	121	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	20	94	0
Итого			**450**	**14,7**	**9,5**	**33**	**278**	**11,6**
Всего				**60,7**	**57,3**	**216,8**	**1636**	**29,7**

Повар _____