

Согласовано

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

25 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,4	6,9	22,3	174	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,4	10,5	76	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,1	14,9	124	0
Итого			437	10,6	15,4	47,7	374	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,5	6	15,3	140	4,1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,5	4,2	15,2	110	7,2
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	10,3	11,4	4,4	160	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	18,9	91	0
Итого			661	21,3	22	59,6	524	12
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	17,5	15,7	14,4	272	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	19,6	92	0
Итого			450	20,6	15,9	48,9	424	0,3
Всего				60,4	61,1	187,8	1552	14,3

Повар