

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

**МЕНЮ**

25 июля 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4	6,3	25,7	176	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,4	2,1	9,8	68	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,8	15,9	150	0
Итого			<b>443</b>	<b>10,4</b>	<b>16,2</b>	<b>51,4</b>	<b>394</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	7,7	15,4	154	4,5
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4	16,6	112	8,1
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	11	13	3,5	175	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	9,2	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			<b>661</b>	<b>22,4</b>	<b>25,3</b>	<b>67,5</b>	<b>588</b>	<b>13,9</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			<b>230</b>	<b>7,4</b>	<b>6,3</b>	<b>31,8</b>	<b>215</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	21,6	18	14,8	310	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,3	68	0
Итого			<b>450</b>	<b>23,9</b>	<b>18,2</b>	<b>45</b>	<b>441</b>	<b>0,3</b>
Всего				<b>64,1</b>	<b>66</b>	<b>195,7</b>	<b>1638</b>	<b>16</b>

Повар