

Согласовано

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

26 февраля 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,1	5,6	20,1	148	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,3	96	0
Итого			436	8,1	7,6	42,8	274	0,4
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б	200	5,2	4,9	15,1	126	4,6
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	3,8	30,7	177	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	6,9	7,5	2,7	107	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,3	88	0
Итого			650	19,9	16,6	72,6	521	5,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6,1	3,5	47,1	243	0,1
Итого			260	11,7	8,4	56,4	348	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,7	1,9	4,1	37	1,9
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	9,2	8,2	1,1	116	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,8	75	0
Итого			450	12,4	10,3	28,1	257	2,1
Всего				52,1	42,9	199,9	1400	9

Повар