Согласовано

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

МЕНЮ

26 июня 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	5,4	6,9	25,3	185	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	11,7	78	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,2	147	0
Итого			**443**	**12**	**16,9**	**52,2**	**410**	**1**
II Завтрак								
2012	399	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,5**	**46**	**4**
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,2	7,2	13,7	145	4,1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,1	4,7	1,3	96	7,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	22	106	0
Итого			**661**	**23,2**	**17,1**	**69,7**	**541**	**11,7**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	6	4,2	34,5	199	0,1
Итого			**260**	**11,6**	**9,1**	**43,8**	**304**	**1,1**
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1	3,4	25	1,6
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	6,3	10,8	2,5	133	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	0,2	17,8	84	0
Итого			**450**	**9,7**	**12**	**31,8**	**274**	**1,8**
Всего				**56,9**	**55,5**	**207**	**1575**	**19,6**

Повар _____