Согласовано

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

МЕНЮ

26 августа 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								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	2,5	2,3	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	5,5	5,5	27,8	182	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,7	7,8	14,5	143	0
Итого			**443**	**11,8**	**15,6**	**49,5**	**385**	**0**
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,4	8,5	9,7	140	4,8
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	160	11,2	12,9	10,5	203	8,6
2008	411	ПОДЛИВА	40	0,4		2,1	10	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	18,2	88	0
Итого			**661**	**19,8**	**21,8**	**47,3**	**468**	**14,1**
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	462	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	6	4,5	33,5	197	0,1
Итого			**260**	**11,6**	**9,4**	**42,8**	**302**	**1,1**
Ужин								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	200	5,5	6,2	25,6	181	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,3	12	81	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,2	17	80	0
Итого			**450**	**10,9**	**8,7**	**54,6**	**342**	**1**
Всего				**54,1**	**55,5**	**194,2**	**1497**	**16,2**

Повар _____