

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
Е.А. Козлова /Козлова Т.А./**МЕНЮ**
26 сентября 2024 г.**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ 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	5,6	3,1	25,7	153	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,5	96	0
Итого			436	12,4	7,6	51,8	326	1
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	9,7	16,4	178	4,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	9,2	10,3	11	174	13,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,6	0,3	16,8	81	0
Итого			661	17,4	20,3	52,9	468	17,7
Полдник								
2008		СНЕЖОК	200	5,9	5,1	8,1	108	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9	42	0
Итого			230	7,3	5,2	17,1	150	0
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	19,8	16,4	28,8	346	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,2	14,9	71	0
Итого			450	22,2	16,6	52,7	453	0,3
Всего				59,3	49,7	174,5	1397	19

Повар

Е.А. Козлова