

Согласовано

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

МЕНЮ

26 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	5,6	22,4	160	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,7	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,8	2	14,9	93	0
Итого			436	11,5	10,1	48	331	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,4	7,4	18	166	3,8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	10	9,6	22,2	216	11,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			661	19,2	17,4	64,8	495	15,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	19,2	16,7	27,3	340	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,6	74	0
Итого			450	21,7	16,9	50	443	0,3
Всего				60,3	52,2	194,4	1499	17,6

Повар