

Согласовано

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

МЕНЮ

27 декабря 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	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	4,5	5,8	18,4	145	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		5,4	22	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	1,8	5,2	11,1	99	0
Итого			437	6,4	11	34,9	266	0,4
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200/11	7,2	6,7	9,3	128	8,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,3	3,7	19,4	128	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	6,1	2,1	1,9	58	4,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,3	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			661	20	12,8	51	408	13,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,5	3,8	7,4	83	0,8
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	60	4,5	2,2	28,7	152	0,1
Итого			260	9	6	36,1	235	0,9
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,2		0,4	3	1,1
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	1,7	1,3	12,3	67	6,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,5	22	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,9	0,2	12,3	58	0
Итого			450	3,9	1,5	30,5	150	7,3
Всего				39,3	31,3	152,5	1059	21,7

Повар

