

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
Козлова Т.А./**МЕНЮ**
28 января 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,4	6,9	22,3	174	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,4	10,5	76	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,7	2	14,2	90	0
Итого			436	11,9	11,3	47	340	1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	5,1	5,3	9,3	105	4,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	4,3	17,2	119	8,2
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	10,1	11,3	3,9	157	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,6	0,3	16,7	80	0
Итого			650	20,6	21,2	52,9	484	13,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			235	7,7	6,5	35,6	233	1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	15,7	13	17,6	253	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,5	78	0
Итого			450	18,3	13,2	48	387	0,2
Всего				58,5	52,2	183,5	1444	15,8

Повар

Ладина