

Согласовано


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

МЕНЮ

29 октября 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 4,8 | 5 | 22,3 | 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 | 4 | 2 | 16 | 99 | 0 |
| Итого | | | 436 | 11,7 | 9,5 | 48,9 | 329 | 1 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 85 | СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ | 200/11 | 6,4 | 7,5 | 18 | 167 | 3,8 |
| 2008 | 133 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ | 200 | 9,6 | 10,5 | 19,1 | 209 | 10 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 2,9 | 0,4 | 18,9 | 91 | 0 |
| Итого | | | 661 | 18,9 | 18,4 | 61,8 | 490 | 13,8 |
| 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 | 20,3 | 15,7 | 29,2 | 344 | 0,3 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9 | 36 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,6 | 0,2 | 16,8 | 79 | 0 |
| Итого | | | 450 | 23 | 15,9 | 55 | 459 | 0,3 |
| Всего | | | | 61,5 | 51,6 | 197,3 | 1508 | 16,1 |

Повар *С. С.*