

Согласовано

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

2 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4	4,7	17,4	128	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	8,2	64	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	1,7	4,2	10,5	87	0
Итого			335	8,3	11,1	36,1	279	1
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150/9	4,8	5,1	11,3	114	11,9
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	8,2	8,7	9,1	149	11,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2	0,3	12,5	60	0
Итого			499	15	14,1	38,7	346	23
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	6,6	6,6	29,3	204	0,8
Ужин								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,3		0,6	3	1
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	3	18,6	138	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			330	9,3	3	25,2	165	1
Всего				39,2	34,8	129,3	994	25,8

Повар