



Согласовано

Заведующая

МДО "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

3 марта 2025 г.

Ясли 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								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,3	2,9	27,4	153	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,1	4,3	13,2	100	0
Итого			335	9	9,4	46,7	308	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	150	4,3	4,3	9,1	94	10,9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С КУРИЦЕЙ	150	11	8,2	23	211	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,1	0,3	13,1	63	0
Итого			490	17,4	12,8	50,1	387	11,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,7	2,9	29,1	161	0
Итого			200	9	6,6	36,1	240	0,8
Ужин								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	5,7	17,9	142	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	10,5	73	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,2	0,1	8,2	39	0
Итого			330	8,4	8	36,6	254	1
Всего				44,8	37	189,3	1275	17,2

Повар

Лозин