

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

**МЕНЮ**

3 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,2	6,6	22	165	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	11	79	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,6	5,5	16,5	131	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>10,7</b>	<b>14,5</b>	<b>49,5</b>	<b>375</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,5	5,6	11,8	123	4,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	7,7	9,4	141	11,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			6,8	28	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,6	85	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>16,5</b>	<b>13,7</b>	<b>45,6</b>	<b>377</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,4	45,5	234	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>7,1</b>	<b>52,5</b>	<b>313</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	1	3,2	24	1,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,9	13,6	2	154	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,3	49	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8,2</b>	<b>14,7</b>	<b>22,5</b>	<b>255</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>45,1</b>	<b>50</b>	<b>170,1</b>	<b>1320</b>	<b>20</b>

Повар