

Согласовано

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

МЕНЮ

3 сентября 2024 г.

Ясли 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4	7,2	18,4	154	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	67	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,5	5,5	16,1	129	0
Итого			339	10,1	14,9	43,7	350	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	150	5,2	5,9	13,8	129	3,6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	8,4	8,8	14,6	172	7,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,9	72	0
Итого			490	15,9	15	49,1	396	11,4
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	219	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	16	15,2	17,8	275	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9,3	44	0
Итого			330	17,5	15,3	40,9	374	0,3
Всего				51,1	52	182,8	1410	17,5

Повар *Ладчик*