

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
/Козлова Т.А./**МЕНЮ**
4 июля 2024 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	5	7,1	21,5	169	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,4	8,6	67	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,6	5,7	15,8	128	0
Итого			339	11,4	15,2	45,9	364	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,5	0,5	12,5	60	12,8
Итого			95	0,5	0,5	12,5	60	12,8
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1	2,7	23	6,8
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,3	6,4	13,3	137	14,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	90	4,3	3,7	27,4	160	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,9	7,5	2,3	106	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,1	30	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			539	20,2	19,1	71,6	547	22,1
Полдник								
2008		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7,2	81	1,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,5	3,2	24,5	138	0
Итого			180	6,8	6,9	31,7	219	1,9
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	17,1	16,1	24,2	316	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,2	53	0
Итого			330	18,9	16,2	43,4	401	0,2
Всего				57,8	57,9	205,1	1591	38

Повар

