

Согласовано

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

МЕНЮ

4 сентября 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,6	6,6	21,7	166	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,5	2,1	10,4	71	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,4	125	0
Итого			339	10,5	14,2	47,5	362	0,8
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5,3	11,5	114	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	4,5	22,1	149	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,9	8,5	2,3	114	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,3	69	0
Итого			499	18,4	18,6	55,1	465	4,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,5	40,1	204	0,1
Итого			200	9,7	6,2	47,1	283	0,9
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1	2,7	23	6,8
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	6,2	8	1	102	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,1	8,8	42	0
Итого			330	8,3	9,1	19,5	195	6,9
Всего				46,9	48,1	169,2	1305	12,8

Повар *Мар*