

Согласовано

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №79"  
Козлова Т.А./**МЕНЮ**

4 декабря 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	3,9	4,7	21,4	144	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	10,4	72	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,9	86	0
Итого			<b>334</b>	<b>9,8</b>	<b>8,3</b>	<b>46,7</b>	<b>302</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5,2	11,6	114	3,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	7,7	9,4	141	11,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,1	0,3	13,7	66	0
Итого			<b>499</b>	<b>14,8</b>	<b>13,2</b>	<b>40,5</b>	<b>344</b>	<b>14,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,4	44	228	0,1
Итого			<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>7,1</b>	<b>51</b>	<b>307</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,8	1,1	4,6	30	2,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7,5	7,3	1,1	100	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,3	49	0
Итого			<b>330</b>	<b>10</b>	<b>8,5</b>	<b>22</b>	<b>203</b>	<b>2,2</b>
Всего				<b>44,3</b>	<b>37,1</b>	<b>160,2</b>	<b>1156</b>	<b>18,8</b>

Повар

