



Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

6 марта 2025 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4	4,8	22,7	151	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,3	26	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,7	86	0
Итого			334	7,4	6,3	43,7	263	0,5
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	4,8	4,3	11,2	104	12
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12,1	85	5,7
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	9,3	9,3	4,3	140	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,3	84	0
Итого			490	18,8	17,2	49,8	432	18,3
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,6	55	0
Итого			180	1,8	0,1	20,4	90	0
Ужин								
2008	219	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	14,9	12,4	16,4	241	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			6,2	25	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,6	55	0
Итого			330	16,8	12,5	39,3	342	0,2
Всего				44,8	36,1	153,2	1127	19

Повар