

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

МЕНЮ

6 декабря 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	4,7	17,4	128	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	67	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3	1,5	12,8	77	0
Итого			334	9,6	8,4	39,4	272	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								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	5,9	5,3	12,2	123	3,7
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,4	8,1	5,8	131	18,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,8	0,2	11,7	56	0
Итого			499	16,1	13,6	35,5	333	22,6
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			10,7	42	0
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			180	1,8	1,4	33,2	152	0
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,6	4,6	14	113	0,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1	0,1	6,8	32	0
Итого			330	4,7	4,7	25,9	166	0,5
Всего				33,2	28,3	153,8	1009	28,1

Повар Маш