

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

МЕНЮ

7 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	3,6	5,6	15,9	130	0
Итого			339	10,7	14,3	48	367	0,8
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	6,4	11,6	124	4,2
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150	6,4	7,8	13,8	150	7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			499	13,4	14,5	47,3	375	11,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,4	40,5	214	0,1
Итого			200	9,7	7,1	47,5	293	0,9
Ужин								
2008	38	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	40	0,8	1	3	24	5,2
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	4,6	18,6	152	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	10,1	48	0
Итого			330	11,3	5,7	37,7	248	5,2
Всего				45,1	41,6	180,5	1283	18,1

Повар