

Согласовано

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

# МЕНЮ

7 ноября 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 ПШЕННАЯ	150	4,7	5,1	21,8	153	0,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,3	4,3	14,3	106	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>7,1</b>	<b>9,4</b>	<b>42,1</b>	<b>283</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	4,8	4,3	11,4	105	12,1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12,1	85	5,7
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,9	7,5	2,4	106	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,2	73	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>16,1</b>	<b>15,3</b>	<b>46,9</b>	<b>392</b>	<b>18,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11	52	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1,7</b>	<b>0,1</b>	<b>18,8</b>	<b>83</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/4	5,2	4,1	27,4	167	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	9,2	68	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11	52	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>9,5</b>	<b>6,5</b>	<b>47,6</b>	<b>287</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>34,4</b>	<b>31,3</b>	<b>155,4</b>	<b>1045</b>	<b>19,5</b>

Повар \_\_\_\_\_