

Согласовано

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

# МЕНЮ

9 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	5,3	24	164	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,5	4,3	15,6	112	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>10</b>	<b>11,8</b>	<b>46,7</b>	<b>335</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83	1,6
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83</b>	<b>1,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150/9	4,5	6,1	11,1	121	8,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	9,4	13,1	29,7	275	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,7	71	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>16,2</b>	<b>19,5</b>	<b>61,3</b>	<b>490</b>	<b>9,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	5,3	3,4	30,1	172	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,6</b>	<b>7,1</b>	<b>37,1</b>	<b>251</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	150	4,7	5,9	20,8	156	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,6	69	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8,8</b>	<b>8,2</b>	<b>40,1</b>	<b>271</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>45,6</b>	<b>46,8</b>	<b>204,8</b>	<b>1430</b>	<b>12,6</b>

Повар

