

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
Козлова Т.А./**МЕНЮ**
9 октября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	5,5	22,5	156	0,5
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	10,1	72	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,2	88	0
Итого			334	9,9	9,2	47,8	316	1
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	5,7	12,3	121	4
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	8,1	9,3	145	11,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			499	15	14,1	42,6	361	15,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,8	40	215	0,1
Итого			200	9,7	7,5	47	294	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,8	1,3	4,3	31	2
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7,9	6,9	1,1	98	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,6	50	0
Итого			330	10,4	8,3	22	203	2,2
Всего				45	39,1	159,4	1174	19,4

Повар

