Согласовано

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

МЕНЮ

10 июля 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,7	6,7	21,9	168	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	10,6	73	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,5	5,5	16	129	0
Итого			**339**	**10,8**	**14,4**	**48,5**	**370**	**1**
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,7	5,5	13,3	125	4,4
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	9,1	7,8	12,5	157	17,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	13,9	67	0
Итого			**499**	**16**	**13,6**	**44,6**	**368**	**22**
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,4	45,8	235	0,1
Итого			**200**	**9,7**	**7,1**	**52,8**	**314**	**0,9**
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,9	1,1	4,9	32	2,3
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	110	12,8	13,7	1,4	181	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	8,9	42	0
Итого			**330**	**15,2**	**14,9**	**23,2**	**287**	**2,5**
Всего				**51,7**	**50**	**169,1**	**1339**	**26,4**

Повар _____