

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

# МЕНЮ

10 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>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	7,2	17,9	156	0,5
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	10,1	71	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,5	5,5	15,7	127	0
Итого			<b>339</b>	<b>10,7</b>	<b>14,9</b>	<b>43,7</b>	<b>354</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ	150	5,8	5,5	11,9	120	3,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,2	4	13,6	99	6,5
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	9,7	9,1	3,1	135	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,9	0,3	12,3	59	0
Итого			<b>490</b>	<b>19,6</b>	<b>18,9</b>	<b>47,7</b>	<b>440</b>	<b>10,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			<b>180</b>	<b>6,6</b>	<b>6,6</b>	<b>29,3</b>	<b>204</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	14,9	14,4	13	245	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,2	0,1	8,1	38	0
Итого			<b>330</b>	<b>16,2</b>	<b>14,5</b>	<b>34,9</b>	<b>338</b>	<b>0,2</b>
Всего				<b>53,1</b>	<b>54,9</b>	<b>155,6</b>	<b>1336</b>	<b>12,5</b>

Повар Мор