

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
/Козлова Т.А./**МЕНЮ**
10 января 2025 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	3,7	4,4	20	134	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,9	1,6	8,5	57	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,2	1,5	14,4	84	0
Итого			334	8,8	7,5	42,9	275	0,8
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ	150	4,9	4	11,9	104	3,5
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	6,4	7,8	15,6	156	7,8
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
Итого			490	13,7	12,1	48,5	356	11,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,4	0,6	4,4	25	0
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			210	6,5	5,7	33,9	214	0,8
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,5		1,1	7	0,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,4	9,2	1,1	110	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1	0,1	6,8	32	0
Итого			330	7	9,3	15	173	0,8
Всего				36	34,6	140,3	1018	13,7

Повар

