

Согласовано

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

11 февраля 2025 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	5,6	17,8	141	0,4
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,1	67	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,1	1,5	13,6	81	0
Итого			334	10,3	9,3	40,5	289	0,8
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	4,5	4,8	8,1	94	4,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12	84	5,7
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	9	9,4	2,4	132	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,5	0,2	9,7	47	0
Итого			490	17	17,6	37,1	376	10,4
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			185	2,1	1,6	35,1	163	0
Ужин								
2008	219	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	13,9	12	16,2	231	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	20	1,5	1,7	11,3	67	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	10	47	0
Итого			330	17	13,8	43,5	369	0,3
Всего				46,4	42,3	156,2	1197	11,5

Повар