

Согласовано

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

11 марта 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,5	5,6	17,8	141	0,4
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	9,1	67	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,5	4,3	15,2	110	0
Итого			335	9,5	12,1	42,1	318	0,8
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	150	5	4,8	14	119	3,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12	84	5,7
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	8,8	9,1	2,9	129	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,8	0,2	11,8	57	0
Итого			490	17,6	17,3	45,6	408	9,9
Полдник								
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			180	6,6	6,6	29,3	204	0,8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	13,6	11,2	12,7	209	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,1	8,7	41	0
Итого			330	15	11,3	34,3	302	0,2
Всего				48,7	47,3	151,3	1232	11,7

Повар

