



Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

МЕНЮ

11 апреля 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 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,7 | 4,5 | 17 | 124 | 0,4 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 2,3 | 2 | 8,8 | 63 | 0,4 |
| 2012 | | БАТОН С СЫРОМ | 30/0/4 | 2,5 | 1,4 | 9,6 | 61 | 0 |
| Итого | | | 334 | 8,5 | 7,9 | 35,4 | 248 | 0,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ | 150 | 4,2 | 4,4 | 10,5 | 99 | 3,6 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 90 | 1,7 | 2,5 | 4,8 | 49 | 14,9 |
| 2008 | | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 60 | 9 | 9,4 | 2,1 | 130 | 0,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 4,9 | 19 | 0 |
| 2008 | К/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 1,6 | 0,2 | 10,3 | 50 | 0 |
| Итого | | | 490 | 16,5 | 16,5 | 32,6 | 347 | 19,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 110 | 0 |
| Итого | | | 180 | 6,1 | 5,1 | 29,5 | 189 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) | 40 | 0,4 | | 0,9 | 5 | 0,6 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 5,5 | 9,3 | 1,2 | 111 | 0,1 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 6 | 24 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 0,9 | 0,1 | 5,9 | 28 | 0 |
| Итого | | | 330 | 6,9 | 9,4 | 14 | 168 | 0,7 |
| Всего | | | | 38 | 38,9 | 111,5 | 952 | 21,4 |

Повар