

Согласовано

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

14 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4	4,7	17,4	128	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	68	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,4	89	0
Итого			334	10	8,4	42	285	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,3	5,2	10,8	110	3,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	7,8	7,5	5,2	121	16,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,5	0,2	9,8	47	0
Итого			499	13,6	12,9	30,7	297	20,3
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	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,5	2,5	2,1	33	0,8
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	3	18,6	138	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1	0,1	6,6	31	0
Итого			330	10,5	5,6	33,3	226	0,8
Всего				41,2	32,2	155,3	1083	26,9

Повар