

Согласовано

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

МЕНЮ

14 мая 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 ПШЕННАЯ	150	4,7	5	20,8	149	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	9,6	69	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,6	86	0
Итого			334	10,6	8,6	45	304	1
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	150	4,3	4,4	11,3	102	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С КУРИЦЕЙ	150	11	8,2	23	211	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			490	17,5	12,9	53,4	400	4,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,4	39,1	199	0,1
Итого			200	9,7	6,1	46,1	278	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1	3,2	24	1,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7,7	7,3	1,1	101	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9,1	43	0
Итого			330	9,8	8,4	19,4	192	1,6
Всего				47,6	36	163,9	1174	7,6

Повар

