

Согласовано

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

МЕНЮ

14 июня 2024 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4	6,2	21,5	159	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,2	1,8	9,9	66	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,5	5,5	15,9	128	0
Итого			339	9,7	13,5	47,3	353	0,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			95	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	6,1	5,8	11,8	127	3,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	4,5	22,1	149	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	10,1	4,9	2,5	107	8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			499	23,5	15,5	57,6	480	11,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,6	3,1	6	68	0,7
2008	435	СНЕЖОК	150	0,9	0,8	1,3	17	0
2012	479	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,2	3,2	30,9	173	0,1
Итого			350	9,7	7,1	38,2	258	0,8
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,5		0,9	6	0,6
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	8,2	8,2	0,9	112	0,2
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	9,7	8,3	13,7	170	0,8
Всего				53	44,8	166,3	1307	23,6

Повар

