Согласовано

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

МЕНЮ

15 июля 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								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	2,5	2,3	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	5,3	24	164	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	4	5,6	18,9	143	0
Итого			**339**	**11,5**	**13,2**	**50**	**366**	**0**
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,9	9,1	8,8	139	4,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,9	8,9	6,8	145	23
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,3	88	0
Итого			**499**	**16,7**	**18,4**	**39,7**	**395**	**27,4**
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	5,4	5,3	30,1	189	0,1
Итого			**200**	**9,7**	**9**	**37,1**	**268**	**0,9**
Ужин								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	150	4,7	5,8	20,7	155	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	9,5	68	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13	61	0
Итого			**330**	**9,3**	**8,1**	**43,2**	**284**	**1**
Всего				**47,2**	**48,7**	**170**	**1313**	**29,3**

Повар _____