

Согласовано



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

МЕНЮ

15 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	4,2	4,7	21,7	146	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	1,9	10,1	68	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,2	4,3	13,5	102	0
Итого			335	8,8	10,9	45,3	316	0,8
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	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,3	5,2	10,8	109	3,7
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,5	8,1	6	133	19
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,1	68	0
Итого			499	15	13,6	36,7	333	22,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого			175	5	4,5	26,3	168	0,8
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,2		0,5	4	1,6
		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	6,3	30	0
Итого			330	10,2	3,1	31,4	196	1,6
Всего				40	32,3	159,5	1099	29,9

Повар

Лагу