

Согласовано

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

15 января 2025 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	4,7	21,5	144	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,3	26	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,3	4,3	14,3	106	0
Итого			335	6,3	9	42,1	276	0,5
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б	150	4,2	4,4	10,5	99	3,8
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	7,7	9,2	141	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			490	14,7	12,4	39,7	331	15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,4	42,8	223	0,1
Итого			200	9,7	7,1	49,8	302	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	1	3,5	26	1,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,5	9,3	1,3	111	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9,2	43	0
Итого			330	7,6	10,4	20	204	1,7
Всего				38,3	38,9	151,6	1113	18,1

Повар _____