

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова / Козлова Т.А./**МЕНЮ**

16 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	3,7	24	149	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,2	1,5	14,1	83	0
Итого			334	10,7	7,4	44,2	287	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5	9,2	104	10,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	9,4	10,3	29,8	251	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,3	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			499	16,2	15,6	59,9	451	11,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	50	5,4	3,3	33	183	0,1
Итого			200	9,7	7	40	262	0,9
Ужин								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	150	4,7	5	20,8	148	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	9,6	69	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,3	49	0
Итого			330	8,9	7,2	40,7	266	1
Всего				45,5	37,2	184,8	1266	13,5

Повар

Мал