

Согласовано

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

МЕНЮ

17 января 2025 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4	4,7	17,4	128	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	67	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,2	1,5	14,3	84	0
Итого			334	9,8	8,4	40,9	279	1
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	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	3,1	3,5	10,6	86	3,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	5,6	5,6	5,6	97	18,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,2	69	0
Итого			490	10,9	9,4	35,3	271	22,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			185	6,4	5,3	33,3	207	0,8
Ужин								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,4		1	6	4
		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	10,4	3,1	31,9	198	4
Всего				38,5	26,4	161,2	1041	32

Повар

