

Согласовано

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

# МЕНЮ

17 февраля 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,3	2,9	27,4	153	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,7	86	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>10,2</b>	<b>6,6</b>	<b>48,2</b>	<b>294</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	150	4,3	5,3	9,1	102	10,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	8,9	9,7	29,9	244	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	15,8	76	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>15,7</b>	<b>15,3</b>	<b>59,7</b>	<b>441</b>	<b>11,6</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	50	5,4	3,4	33,9	188	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>7,1</b>	<b>40,9</b>	<b>267</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,5	5,6	17,8	140	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,3	26	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,3	49	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>6,2</b>	<b>5,7</b>	<b>34,4</b>	<b>215</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>42,8</b>	<b>34,9</b>	<b>203</b>	<b>1303</b>	<b>16,9</b>

Повар

Лодуф