

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

**МЕНЮ**

17 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	5,3	24	164	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,7	5,5	17,1	134	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>11,2</b>	<b>13</b>	<b>48,2</b>	<b>357</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,5	7,6	8,3	126	4,2
2008	311	ПЛОВ С МЯСОМ	150	9,8	14,5	29,8	289	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,6	89	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>18,2</b>	<b>22,5</b>	<b>62,5</b>	<b>527</b>	<b>4,9</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	5,3	3,4	30,1	172	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,6</b>	<b>7,1</b>	<b>37,1</b>	<b>251</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	150	4,7	5,8	20,8	156	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	9,6	69	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,3	53	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>41,7</b>	<b>278</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>48</b>	<b>50,6</b>	<b>189,5</b>	<b>1413</b>	<b>6,8</b>

Повар