



Согласовано

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

МЕНЮ

17 октября 2024 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	22,5	149	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	68	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,4	89	0
Итого			334	9,9	8,4	47,1	306	1
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5,9	10,8	117	3,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12,1	84	5,7
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	10	8,8	4,8	138	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			499	19,1	18,3	51,1	447	9,9
Полдник								
2008		СНЕЖОК	150	4,4	3,8	6	80	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,1	62	0
Итого			180	6,4	4	19,1	142	0
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	19,2	15,1	25,1	318	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,1	62	0
Итого			330	21,3	15,3	44,2	404	0,3
Всего				56,7	46	161,5	1299	11,2

Повар