

Согласовано

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

17 декабря 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	5,7	17,9	142	0,5
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	10,1	72	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,3	14,9	108	0
Итого			335	9,6	12,3	42,9	322	1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,6	5,6	8,4	105	4,2
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	8,4	7,8	14,9	165	7,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2	0,3	12,8	62	0
Итого			499	15	13,7	41,9	355	12,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			180	6,1	5,1	29,5	189	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	17,1	14,4	23,8	298	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	10,2	48	0
Итого			330	18,7	14,5	40	370	0,2
Всего				49,4	45,6	154,3	1236	14,1

Повар

