

Согласовано

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

18 марта 2025 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,1	3,6	13,7	101	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2	1,8	7,1	53	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,1	88	0
Итого			334	8,5	6,9	35,9	242	0,8
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,2	5,5	13,3	126	3,3
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	7,8	7,2	13,8	152	7,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,9	0,3	12,2	59	0
Итого			499	14,9	13	44,2	356	10,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,1	3,6	6,8	77	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	3,1	23,2	130	0
Итого			180	6,4	6,7	30	207	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	14,2	12,8	20,8	257	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,2	0,1	8	38	0
Итого			330	15,5	12,9	33,9	316	0,2
Всего				45,3	39,5	144	1121	12,2

Повар