



Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова /Козлова Т.А./

МЕНЮ

18 июня 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	4,8	9	18,3	174	0,5
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,4	10,4	75	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,6	5,5	16,7	132	0
Итого			339	11,2	16,9	45,4	381	1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	8	8,9	129	10,6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	150	8,8	10,2	14,8	185	7,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,7	75	0
Итого			499	15,6	18,5	45,2	412	18,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	6,6	6,6	29,3	204	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	20,6	18,8	26,4	362	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,2	53	0
Итого			330	22,4	18,9	43,6	439	0,3
Всего				56,8	61,1	183,7	1522	24,2

Повар *Лариса*