Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

_____ /Козлова Т.А./

МЕНЮ

18 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	5	6,9	23,3	176	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	2,5	9,7	73	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,3	125	0
Итого			**339**	**11,3**	**14,9**	**48,3**	**374**	**1**
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5	6,7	15,2	144	5,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	110	8,1	10	5,9	146	7,4
2008	411	ПОДЛИВА	40	0,4		2,4	11	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			**499**	**16,2**	**17,1**	**47,7**	**412**	**13,7**
Полдник								
2008	434	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								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,5		1	6	0,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,5	11,1	1,3	127	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,4	59	0
Итого			**330**	**8**	**11,3**	**22,7**	**224**	**0,7**
Всего				**41,6**	**48,4**	**148,2**	**1199**	**16,2**

Повар _____