

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
(Козлова Т.А.)

МЕНЮ

19 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,8	5,1	21,9	154	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,3	26	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,3	89	0
Итого			334	8,3	6,6	43,5	269	0,5
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	150	4,3	4,4	11,3	102	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	3,7	22,1	141	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,3	6,9	2,3	98	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16	77	0
Итого			490	18	15,3	56,6	437	4,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			180	1,8	1,4	31,3	145	0
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1	3,4	25	1,6
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	8,4	7,3	1,1	105	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	8,9	42	0
Итого			330	10,5	8,4	19,4	196	1,8
Всего				38,6	31,7	150,8	1047	6,4

Повар

