

Согласовано

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

19 марта 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	4,7	5	20,8	149	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	9,6	69	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,3	14,9	108	0
Итого			335	9,7	11,4	45,3	326	1
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5,2	11,5	113	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	2,2	0,3	14,4	69	0
Итого			499	17,8	16,1	55,2	440	4,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,5	39,2	200	0,1
Итого			200	9,7	6,2	46,2	279	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1	3,2	24	1,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7,8	7,3	1,1	101	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9,3	44	0
Итого			330	9,9	8,4	19,6	193	1,7
Всего				47,1	42,1	166,3	1238	7,7

Повар

