

Согласовано

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

МЕНЮ

19 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	6,6	19	153	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,5	9,8	74	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,3	125	0
Итого			339	10,8	14,6	44,1	352	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	4,4	5,4	12,4	117	4,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,5	3,3	17,2	109	8,3
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,6	4,5	2,8	97	6,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,9	72	0
Итого			490	17,8	13,5	54,1	422	19,6
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			7,8	31	0
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	50	5,5	5,2	33,9	205	0,1
Итого			200	5,5	5,2	41,7	236	0,1
Ужин								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,5		1,1	6	1,8
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	3,8	18,6	145	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,1	8,8	42	0
Итого			330	10,8	3,9	35,5	221	1,8
Всего				45,9	37,4	195,2	1317	26,5

Повар

