

Согласовано

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №79"  
Козлова Т.А./**МЕНЮ**  
19 августа 2024 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,3	4,5	27,4	167	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,9	5,6	18,7	142	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>10,8</b>	<b>12,3</b>	<b>53,2</b>	<b>368</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	95	0,2	0,2	5,1	25	5,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>295</b>	<b>1,2</b>	<b>0,4</b>	<b>24,9</b>	<b>111</b>	<b>9,2</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	5,3	6,6	14,2	142	13,1
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	9,5	13,1	30	276	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18,2	88	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>17,6</b>	<b>20,1</b>	<b>69,2</b>	<b>533</b>	<b>14,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	50	5,4	4,1	33,9	195	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>7,8</b>	<b>40,9</b>	<b>274</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	5,7	17,9	142	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	10,5	73	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,3	63	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9,2</b>	<b>8,1</b>	<b>41,7</b>	<b>278</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>48,5</b>	<b>48,7</b>	<b>229,9</b>	<b>1564</b>	<b>25,2</b>

Повар