

Согласовано

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

22 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	5,6	17,9	142	0,5
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	10,1	71	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,2	88	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>10,6</b>	<b>9,3</b>	<b>43,2</b>	<b>301</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,4	5,1	11,9	119	4,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,2	4	13,6	99	6,5
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	10,1	10,1	2,8	143	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,8	0,2	11,3	55	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>19,5</b>	<b>19,4</b>	<b>46,4</b>	<b>443</b>	<b>11,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>5</b>	<b>4,5</b>	<b>26,3</b>	<b>168</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	14,6	12,3	13	224	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,6	50	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>16,3</b>	<b>12,4</b>	<b>37,4</b>	<b>329</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>51,4</b>	<b>45,6</b>	<b>153,3</b>	<b>1241</b>	<b>13,7</b>

Повар

Лару