

Согласовано

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

24 января 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,6	5,1	22,5	155	0,5
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		5,4	22	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	2,8	1,4	11,7	71	0
Итого			334	7,5	6,5	39,6	248	0,5
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ	150	5,8	4,5	11,9	112	3,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8	7,5	5,9	125	20,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,5	70	0
Итого			490	16,1	12,3	38,1	330	23,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	50	5,4	3,3	33,9	188	0,1
Итого			200	9,7	7	40,9	267	0,9
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,6		1,2	7	0,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6	9,8	2,1	121	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1	0,1	6,4	30	0
Итого			330	7,7	9,9	15,7	182	0,9
Всего				41	35,7	134,3	1027	26,2

Повар