

Согласовано

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

МЕНЮ

24 сентября 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	7,3	17,9	157	0,5
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	10,1	72	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,6	5,5	16,4	130	0
Итого			339	10,8	15,1	44,4	359	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,4	6,8	14,2	142	3,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,2	4	13,6	99	6,5
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	10,1	11,3	2,7	152	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,7	0,2	10,8	52	0
Итого			499	19,4	22,3	48,1	472	10,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	6,6	6,6	29,3	204	0,8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	15,3	14,6	13,1	249	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	1,7	0,1	11,3	53	0
Итого			330	17,1	14,7	38,2	357	0,2
Всего				53,9	58,7	160	1392	12,7

Повар

Млоф