Согласовано

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

МЕНЮ

25 марта 2025 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	5,6	17,8	141	0,4
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,1	67	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,3	14,8	108	0
Итого			**335**	**9,6**	**12,1**	**41,7**	**316**	**0,8**
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,7	5,2	14	125	3,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,2	3,2	14	94	6,7
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	9,1	9,5	3,1	134	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2	0,3	12,5	60	0
Итого			**549**	**18**	**18,2**	**48,5**	**432**	**10,8**
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	14,1	12,2	12,9	220	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	1,8	0,1	11,7	55	0
Итого			**330**	**16**	**12,3**	**38,4**	**330**	**0,2**
Всего				**50,2**	**49,2**	**157,9**	**1282**	**12,6**

Повар _____