

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

25 сентября 2024 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4	6,4	21,6	160	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,7	2,2	10,6	74	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/5/4	3,5	1,5	15,8	91	0
Итого			339	10,2	10,1	48	325	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,3	5,2	10,8	111	3,6
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	90	4,3	3,7	27,4	160	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,9	7,5	2,3	105	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,1	0,3	13,6	66	0
Итого			499	17,6	16,7	60,9	469	4,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,3	40,4	213	0,1
Итого			200	9,7	7	47,4	292	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,7	1	4,1	28	1,9
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7,7	8,2	1,2	110	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,9	70	0
Итого			330	10,8	9,4	26,2	232	2
Всего				48,7	43,6	191,8	1363	17,6

Повар

Ладик