Согласовано

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

# МЕНЮ

**25 декабря 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 | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ | 150 | 3,6 | 4 | 16,4 | 116 | 0,3 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 0,1 | | 4,6 | 19 | 0 |
| 2012 | | БАТОН С СЫРОМ | 30/0/4 | 2,9 | 1,2 | 13,7 | 78 | 0 |
| Итого | | | 334 | 6,6 | 5,2 | 34,7 | 213 | 0,3 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 150/9 | 3,6 | 3,6 | 7,9 | 80 | 2,1 |
| 2008 | 309 | РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ | 150 | 7 | 5,8 | 5,4 | 102 | 7,2 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 3,5 | 14 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,1 | 0,3 | 13,3 | 64 | 0 |
| Итого | | | 499 | 12,7 | 9,7 | 30,1 | 260 | 9,3 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 150 | | | 8,6 | 34 | 0 |
| 2012 | 473 | УГОЛОК С ПОВИДЛОМ | 50 | 4,4 | 1,5 | 33,4 | 165 | 0,1 |
| Итого | | | 200 | 4,4 | 1,5 | 42 | 199 | 0,1 |
| **Ужин** | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,6 | 0,3 | 3,2 | 19 | 1,5 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 4,6 | 6,8 | 0,9 | 82 | 0,1 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 4,4 | 18 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,3 | 0,1 | 8,6 | 41 | 0 |
| Итого | | | 330 | 6,6 | 7,2 | 17,1 | 160 | 1,6 |
| Всего | | | | 30,3 | 23,6 | 123,9 | 832 | 11,3 |

Повар _____