

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

**МЕНЮ**

26 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,8	4,7	21,4	144	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,5	2,1	10,4	72	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,5	1,5	15,9	91	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>9,8</b>	<b>8,3</b>	<b>47,7</b>	<b>307</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	5,3	11,5	114	3,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	7,7	7,1	9,5	135	11,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,6	80	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>14,8</b>	<b>12,7</b>	<b>42,5</b>	<b>348</b>	<b>15</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,5	3,4	42	219	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,8</b>	<b>7,1</b>	<b>49</b>	<b>298</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	1	3,2	24	1,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	8,7	7,3	1	106	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,3	53	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>11,1</b>	<b>8,4</b>	<b>21,5</b>	<b>207</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>45,5</b>	<b>36,5</b>	<b>160,7</b>	<b>1160</b>	<b>18,4</b>

Повар

