

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

МЕНЮ

26 июня 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 ПШЕННАЯ	150	4,8	5,9	21,9	161	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,7	2,2	10,6	74	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,1	124	0
Итого			339	10,9	13,6	47,6	359	1
II Завтрак								
2012	399	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9	43	3,8
Итого			95	0,4	0,4	9	43	3,8
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5,5	11,3	115	3,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	4,5	22,1	149	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,3	3,5	1	80	6,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			499	20,3	13,9	56,9	448	10,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,3	4,1	30,1	179	0,1
Итого			200	9,6	7,8	37,1	258	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1	3,4	25	1,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,9	10,4	1,9	125	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,7	50	0
Итого			330	8,2	11,5	24	232	1,8
Всего				49,4	47,2	174,6	1340	17,6

Повар *Лорин*