Согласовано

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

МЕНЮ

27 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	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,7	5,1	20,9	149	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	9,3	68	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,3	14,8	108	0
Итого			**335**	**9,7**	**11,7**	**45**	**325**	**1**
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	5	5,2	11,6	117	12,2
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	90	4,3	2,9	27,4	153	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,3	6,9	2,3	98	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			**499**	**18,3**	**15,4**	**63,5**	**470**	**12,7**
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	4,1	3,7	6,7	84	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,5	68	0
Итого			**180**	**6,3**	**3,9**	**21,2**	**152**	**1**
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	18,5	15	23,5	308	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,5	68	0
Итого			**330**	**20,8**	**15,2**	**43,1**	**397**	**0,3**
Всего				**55,1**	**46,2**	**172,8**	**1344**	**15**

Повар _____