

Согласовано  
 Заведующая  
 МДОУ "Детский сад №79"  
 Кошлова Т.А./

# МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,7	5	21,8	152	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	10,5	72	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,5	4,3	15,6	112	0
Итого			335	9,8	11,4	47,9	336	1
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	150/9	4,4	5,2	11,6	113	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	3,7	22,1	141	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	7,7	3,5	1,3	76	6,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			499	19,3	12,7	54,7	420	9,8
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,5	42,3	212	0,1
Итого			200	9,7	6,2	49,3	291	0,9
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	1	2,8	23	6,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7	7,2	1,1	98	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,9	47	0
Итого			330	9,2	8,3	20,8	196	6,6
Всего				48	38,6	172,7	1243	18,3

Повар

*Синица*