

Согласовано

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

28 января 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,5	5,6	17,8	141	0,4
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	9,1	67	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,2	1,5	14,2	84	0
Итого			334	10,2	9,3	41,1	292	0,8
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	4,5	4,8	8,1	94	4,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12	84	5,7
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	9,1	9,4	2,7	132	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,7	0,2	11	53	0
Итого			490	17,3	17,6	38,7	382	10,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			185	6,4	5,3	33,3	207	0,8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	12,8	11,6	12,6	209	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,9	47	0
Итого			330	14,4	11,7	35,4	308	0,2
Всего				48,3	43,9	148,5	1189	12,2

Повар

