

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова /Козлова Т.А./**МЕНЮ**

28 июня 2024 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,9	7,9	22,8	181	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,1	2,6	11,2	82	0,6
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	2,4	5,4	9,1	95	0
Итого			339	10,4	15,9	43,1	358	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,5	0,5	11	53	11,3
Итого			95	0,5	0,5	11	53	11,3
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	6,9	10,6	126	3,7
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	8,5	8,8	9,5	152	13,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			6,8	28	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			499	15,2	16	41,7	377	17,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	5,4	4,4	45,4	242	0,1
Итого			200	9,7	8,1	52,4	321	0,9
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,9	5	3,8
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	120	8,9	6,2	18,7	167	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,1	0,1	7,5	35	0
Итого			330	10,4	6,3	33,1	231	3,8
Всего				46,2	46,8	181,3	1340	35

Повар

Ладина