

Согласовано

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

МЕНЮ

30 января 2025 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	4,6	5	20,7	148	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,4	9,6	72	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,2	1,5	14,2	83	0
Итого			334	10,6	8,9	44,5	303	0,9
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	4,9	4,3	12,5	110	12,4
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	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			490	17,9	14,4	62,5	454	12,9
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,2	57	0
Итого			180	1,8	0,2	21	92	0
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	15,3	13,3	22,9	278	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,2	57	0
Итого			330	17,2	13,5	40,2	356	0,2
Всего				47,5	37	168,2	1205	14

Повар

Лагу