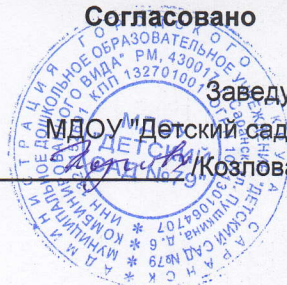


Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

30 октября 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		
Завтрак								
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	73	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,4	85	0
Итого			334	10,6	8,6	46,7	310	1
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5,1	11,5	112	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	3,7	22,1	141	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	9	3,6	2,6	91	7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	13,9	67	0
Итого			499	20,5	12,7	55	430	10,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,5	38,5	197	0,1
Итого			200	9,7	6,2	45,5	276	0,9
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	1	2,7	23	6,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,8	9,5	1,7	116	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9	43	0
Итого			330	7,9	10,6	20,4	210	6,5
Всего				48,7	38,1	167,6	1226	19

Повар

Мамр