

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

/Козлова Т.А./

МЕНЮ

31 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	4,8	22,5	149	0,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,9	87	0
Итого			334	7,3	6,3	43,4	260	0,5
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,2	6,1	10,6	116	3,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,1	3,2	12,8	88	6,1
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	10	11,3	2,4	151	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,8	0,2	11,3	55	0
Итого			499	18,1	20,8	42	429	10,4
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	3,3	2,9	5,3	66	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,4	49	0
Итого			180	4,9	3	15,7	115	0,8
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,6	4,7	15	117	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	10,1	72	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,4	49	0
Итого			330	7,8	7,1	35,5	238	1
Всего				38,1	37,2	136,6	1042	12,7

Повар