

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад №79"

Козлова Т.А./

МЕНЮ

14 августа 2024 г.

Сад 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,4	7,5	26,4	191	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,3	12	81	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	7,6	15,8	148	0
Итого			443	11,2	17,4	54,2	420	1
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	7,2	16,5	157	4,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	9,2	8,3	10,8	156	12,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	19,7	95	0
Итого			661	17,9	15,9	54,8	439	17,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,1	4,5	45	243	0,1
Итого			260	11,7	9,4	54,3	348	1,1
Ужин								
2008	38	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	40	0,8	1	3,2	26	6
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	160	10,3	10,6	1,1	142	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,9	0,2	19,1	90	0
Итого			450	14,1	11,8	31,5	290	6,2
Всего				54,9	54,5	194,8	1497	25,8

Повар