Согласовано

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

МЕНЮ

23 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,4	7,9	21,8	176	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	10	71	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,2	7,6	17,2	155	0
Итого			443	11,1	17,7	49	402	0,8
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	4,2
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	200	6,5	7,5	20	173	4,9
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	160	9,7	10,6	19,6	212	10,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,9	0,5	24,7	119	0
Итого			650	20,4	18,6	72,1	537	19,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	23,9	21,7	29,5	413	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,1	0,3	20,5	97	0
Итого			450	27,1	22	58,1	542	0,3
Всего				66,5	66,1	210,8	1711	21,5

Повар _____