Согласовано

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

МЕНЮ

12 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	5,3	24	164	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	10	73	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	4	5,6	18,9	143	0
Итого			**339**	**14,3**	**15,5**	**53**	**411**	**0,5**
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83	1,6
Итого			**200**	**1**	**0,2**	**19,6**	**83**	**1,6**
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,8	6,9	8,6	120	4,3
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	9,5	13,1	30	276	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,4	31	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18	87	0
Итого			**499**	**17,2**	**20,5**	**64**	**514**	**6**
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	5,3	3,3	30,1	172	0,1
Итого			**200**	**9,6**	**7**	**37,1**	**251**	**0,9**
Ужин								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	150	4,9	6	21,1	159	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,5	64	0
Итого			**330**	**7**	**6,2**	**41,6**	**251**	**0,5**
Всего				**49,1**	**49,4**	**215,3**	**1510**	**9,5**

Повар _____