

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
Козлова Т.А./**МЕНЮ**
13 августа 2024 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,6	7,2	17,9	156	0,5
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	10,1	72	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,8	5,6	17,6	136	0
Итого			339	11	15	45,6	364	1
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	5,5	5,3	16,2	136	14,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,8	4,2	19,2	126	9,3
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	10,2	11,4	3,5	156	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			490	20,7	21,2	59,9	513	24,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			185	6,9	7,1	33	225	0,8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	15,1	14,5	13	246	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,4	68	0
Итого			330	17,4	14,7	41,2	369	0,2
Всего				56	58	179,7	1471	26,5

Повар

