

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад №79"
Дроздова Т.А./**МЕНЮ**
22 июля 2024 г.

Ясли 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								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,3	0,1	31	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,3	4,5	27,4	167	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,8	5,6	18,1	138	0
Итого			339	10,7	12,4	53,6	368	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ	150	4,7	5,3	12,5	118	12,5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	9,5	13,1	29,9	276	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18,1	87	0
Итого			490	17	18,8	66,3	504	13,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,4	4,2	30,1	179	0,1
Итого			200	9,7	7,9	37,1	258	0,9
Ужин								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,9	5,9	18,3	147	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	10,9	78	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	12,8	61	0
Итого			330	9,8	8,5	42	286	1
Всего				47,2	47,6	199	1416	15,3

Повар