

Согласовано

МДОУ "Детский сад №79 Комбинированного вида"
Власова Т.Н.**МЕНЮ**
29 мая 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	5,5	6,3	24,7	179	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		46	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,6	1	17,9	91	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	2,6	13,8	93	0,6
Итого			356	11,4	14,9	56,4	409	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,9	68	0
Итого			150	0,8	0,2	14,9	68	0
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,1	6,4	10	119	2,4
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	9,5	12,9	9,4	192	29,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,2	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,4	89	0
Итого			470	16,5	19,7	45	429	31,9
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	4,5	5,4	36,4	212	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,8	7,4	83	0,8
Итого			200	9	9,2	43,8	295	0,9
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,7	0,1	4,1	20	0,8
2008	239	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	13,6	14,3	4,4	204	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,3	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
Итого			400	16,7	14,6	29,9	321	1,3
Всего				54,4	58,6	190	1522	35,3

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"

Власова Т.Н.

МЕНЮ

29 мая 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,5	6,6	25	183	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,6	0,1	69	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,2	1,2	21,6	110	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	12,9	86	0,5
Итого			408	11,8	17,8	59,6	448	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18	82	0
Итого			150	0,9	0,2	18	82	0
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,5	8,8	13,1	158	2,8
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	11,2	14,2	10,6	215	33,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,1	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,3	107	0
Итого			600	20,2	23,5	54,1	513	36,3
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	6,5	5,1	52,9	283	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,4	95	0,9
Итого			250	11,5	9,5	61,3	378	1,1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,8	0,1	4,7	22	0,6
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	16,5	12,8	4,2	203	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,3	96	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	20,5	13,2	36,3	350	1,1
Всего				64,9	64,2	229,3	1771	39,5