

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 119" г. Саратов
/Антонова Е.С./



МЕНЮ

29 июля 2025 г.

Сад 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	16,3	22,9	5,6	295	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,3	4,5	17	131	0,9
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
Итого			365	23,9	32,4	38	542	1,4
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ	100	3	1	4,2	40	0,5
Итого			100	3	1	4,2	40	0,5
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	200	2,4	4,8	14	115	11,5
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,4	5,9	33,3	216	0
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12	12,1	6,3	182	0,4
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	1	1,6	5	39	2,2
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0,9	3,6	4,9	55	2,3
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОДЫ	180	0,1		19,4	79	0,7
2008	К/к	ХЛЕБ пшеничный	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	К/к	ХЛЕБ ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			805	29,8	28,6	121,7	871	17,1
Полдник								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,9	9,9	28,2	234	0,9
2008	442	СОК	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,2	0,4	17,3	78	0
Итого			530	11	10,7	73,8	441	64,9
Всего								