

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

2 октября 2023 г.

Сад 10 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	314	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/2	4,8	6,1	18,5	149	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		7,5		66	0
Итого			400	7,2	14,5	43,6	333	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	46	2
Обед								
2008	95	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180/10	5	5,9	10,6	115	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,8	6,7	20,2	192	9,9
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,1	19,8	86	35,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			620	21,6	13,3	66,2	477	51,9
Полдник								
к/к	к/к	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2012	294	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,8	36,1	202	0
Итого			230	9	10,7	44,7	313	0,4
Всего				38,3	38,6	164,6	1169	54,7

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.