

Согласовано



Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Береска
Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

4 марта 2024 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5	7	17,3	152	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	16	120	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7,1		63	0
Итого			400	11,3	19,3	48,7	413	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	2,7	11,1	76	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	155	3,1	1,9	14,8	90	13,7
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	85	10,1	2,2	9,7	99	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		20,4	90	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			655	18,6	7,4	71,1	435	14,4
Полдник								
2008	290	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ (СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ)	100/20	8,4	8,6	54,1	325	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
Итого			300	8,5	8,6	63,8	365	0,1
Всего				38,9	35,4	193,5	1256	17,1

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.

Крюкова С.А.