Согласовано

Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Березка
_____/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,9	6,6	17,5	149	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	15,9	121	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		7,5		66	0
Итого			**401**	**11,3**	**19,4**	**48,8**	**414**	**0,6**
II Завтрак								
2008	442	СНЕЖОК	100	2,7	2,5	10,8	79	0,9
Итого			**100**	**2,7**	**2,5**	**10,8**	**79**	**0,9**
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	3,6	11,7	87	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	2,2	2,8	12,6	85	12,1
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	10,3	1,7	12,4	106	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	11,1	47	15,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			**625**	**17,7**	**8,8**	**62,9**	**405**	**28,1**
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008	290	ПРЯНИКИ	50	2,7	2,4	37,1	176	0
Итого			**230**	**2,8**	**2,4**	**46,8**	**216**	**0**
Всего				**34,5**	**33,1**	**169,3**	**1114**	**29,6**

Шеф повар (зав. производством) _____ Крюкова С.А.