

Согласовано



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

# МЕНЮ

5 сентября 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	413	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,3	14,1	24,1	250	0,4
2008	430	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,3	5,5	17,7	143	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		8		70	0
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>14,9</b>	<b>28,5</b>	<b>57,2</b>	<b>541</b>	<b>0,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	3,9	6,3	12,6	123	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,3	4,4	16,1	119	14,9
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,3	8,8	12,5	170	0,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		19,2	83	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>21,3</b>	<b>20,1</b>	<b>75,5</b>	<b>575</b>	<b>16</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	10,2	7,9	64	367	0,3
2008	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		13,6	55	0
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>10,3</b>	<b>7,9</b>	<b>77,6</b>	<b>422</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>46,5</b>	<b>56,5</b>	<b>210,3</b>	<b>1538</b>	<b>17,2</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.