

Согласовано

Заведующий  
МДОУ Детский сад № 7 Березка  
Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**  
6 сентября 2022 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,3	9,2	21,8	194	0,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	16,8	122	0,3
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		7,5		66	0
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>12,5</b>	<b>21,8</b>	<b>54</b>	<b>460</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	6,1	4,9	16,3	133	7,9
2008	192	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	6,1	27	176	0
2008	283	ТЕФТЕЛЯ ИЗ РЫБЫ	70	10,5	5,5	10,3	132	1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,1	19,8	86	35,2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>23,4</b>	<b>17,2</b>	<b>88,5</b>	<b>607</b>	<b>44,1</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ПЮРЕ КЛЮКВЫ	180	0,1		13,8	58	1,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>2,4</b>	<b>0,9</b>	<b>29,2</b>	<b>136</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>38,7</b>	<b>40,3</b>	<b>181,5</b>	<b>1250</b>	<b>56,2</b>

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