

Согласовано

Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Березка
/Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**
6 сентября 2024 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	168	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,2	6,7	21	165	0,2
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
2012	3	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	1,6	2,1		26	0,1
Итого			403	9,2	9,7	46,1	309	0,4
II Завтрак								
2012	210	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			100	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2012	71	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	8,2	3,7	6,6	93	10,9
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,7	19,7	142	9,1
2008	239	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	16,1	4,9	13,8	164	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,1	0,1	10,7	44	10,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			665	31,1	15	66,4	527	32,3
Полдник								
1994	401	СНЕЖОК	180	4,9	4,5	19,4	142	1,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	7,2	5,4	34,8	220	1,7
Всего				47,9	30,5	156,8	1102	38,4

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.