

Согласовано



Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

6 декабря 2022 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								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,6	7,9	18,8	168	0,4
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
2008	3	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	2,3	3		36	0,1
Итого			403	10,3	11,8	43,9	322	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								
2012	77	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180/10	3,5	3,6	15,8	109	3,5
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,6	7,9	25,6	195	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,8	8	5,7	147	0,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ КЛЮКВЫ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1		10,4	44	1,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			640	25,1	20,1	72,6	575	5,4
Полдник								
2012	380	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122	0,5
2008		ПРЯНИК	30	1,7	1,5	22,9	109	0
Итого			230	7,6	8	32,5	231	0,5
Всего				45,7	42,4	159,8	1207	7,4

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.