

Согласовано

Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Березка
Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**
7 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		
Завтрак								
2008	184	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	26,4	8,3	40,8	350	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	41	0
Итого			370	26,4	8,3	50,9	391	0,3
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	109	0,5	0,1	11	50	2,2
Итого			109	0,5	0,1	11	50	2,2
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20/10	8,8	4,6	13,2	130	5,5
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3	4,7	17,1	122	7,9
2008	239	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	17,2	8,3	14,1	201	0
2008	50	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	2,6	2,2	35	1
210	91	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ КЛЮКВЫ	180	0,1		9,6	41	1,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	3,4	0,6	16,5	88	0
Итого			683	32,9	20,8	72,7	617	15,7
Полдник								
2008	430	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,7	111	0,4
2008	453	ПРЯНИК	50	2,5	2,3	35	166	0
Итого			230	7,8	8,2	43,7	277	0,4
Всего				67,6	37,4	178,3	1335	18,6

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.