

Согласовано

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



МЕНЮ

7 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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	160/10	33,4	13,8	28	376	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,7	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			400	35,8	14,7	53,1	494	0,4
II Завтрак								
2008	345	СНЕЖОК	100	2,6	2,4	10,5	77	0,4
Итого			100	2,6	2,4	10,5	77	0,4
Обед								
2012	59	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,5	5,2	11,3	126	7,1
2008	311	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	200	17,5	8,8	29,7	270	0,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,4		19,2	85	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	29,5	14,6	75,3	561	7,9
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,7	4,8	16,2	128	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	7	5,7	31,6	206	0,4
Всего				74,9	37,4	170,5	1338	9,1

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.