

Согласовано



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

МЕНЮ

8 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	4,7	11,5	20,5	204	0,3
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	16	121	0,3
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		8,1		72	0
Итого			423	11,1	24,9	51,9	475	0,7
II Завтрак								
2008	442	БАНАН	114	1,8	0,6	23,9	109	11,4
Итого			114	1,8	0,6	23,9	109	11,4
Обед								
2008	99	СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,6	3,3	12,6	95	5,7
2012	317	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	180	14,4	13,6	19,4	259	26,2
2012	377	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		20,1	89	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	14,6	78	0
Итого			615	21,4	17,5	66,7	521	32,1
Полдник								
1994	401	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10	40	0
2008		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	13,3	6,7	33,6	250	0,1
Итого			250	13,3	6,7	43,6	290	0,1
Всего				47,6	49,7	186,1	1395	44,3

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.