

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

**МЕНЮ**

9 января 2024 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5	7,5	17,3	157	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		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		6,6		58	0
Итого			400	7,4	15	42,4	333	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	2,8	11,7	80	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,1	2,1	14,8	93	13,8
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	10,1	2,2	9,2	97	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		20,2	89	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	18,6	7,7	71	439	14,5
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	15,9	120	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	6,3	5,2	31,3	198	0,4
Всего				32,8	28	154,6	1013	17,2

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.