

Согласовано

Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Березка
Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**
9 сентября 2024 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	314	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,5	6,2	17,9	146	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
2008	13	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	1,6	2,1		26	0,1
Итого			403	8,5	9,2	43	290	0,4
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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КУРЫ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	6,5	3,6	14,4	116	7,1
2012	238	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150	20,4	13,4	24,1	300	1,5
2008	224	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	2,4	3,1	36	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,1	10,4	49	36,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			595	31,1	20,1	67,1	581	44,8
Полдник								
2008	406	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	280	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	2,5	2,2	0,1	31	0
Итого			270	11,6	13	45,9	351	0,4
Всего				53,9	44,8	166,8	1301	46,5

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.