

Согласовано



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

МЕНЮ

10 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								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/2	4,5	5,7	17,9	142	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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		7,5		66	0
			400	6,9	14,1	43	326	0,3
Итого								
II Завтрак								
2012	210	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,8	45	0,8
			100	0,5	0,1	9,8	45	0,8
Итого								
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК" ЛЕНИНГРАДСКИЙ" С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,7	3,1	12,3	100	5,1
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	5,3	16,4	124	7,5
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	14,1	6,1	14,1	170	0,2
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	2,4	2,1	32	1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,1	19,8	86	35,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
			645	26,7	17,6	79,8	592	49
Итого								
Полдник								
к/к	к/к	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2008	464	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,8	36,1	202	0
			230	9	10,7	44,7	313	0,4
Итого				43,1	42,5	177,3	1276	50,5
Всего								

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.