

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

11 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	314	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,6	7,1	19,2	163	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)	7		6,6		58	0
Итого			400	8	14,6	44,3	339	0,3
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ	180/30/5	2,8	3,7	14,4	102	7,1
2012	238	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150	33,6	16,3	26,6	391	1,6
2008	224	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	2,1	3,5	35	0
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА" СО ВКУСОМ ПЕРСИКА	200			18,8	64	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			635	40,1	22,7	78,4	672	10,3
Полдник								
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,2	0,1	14,1	59	14,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			230	2,5	1	29,5	137	14,3
Всего				51	38,7	162	1195	34,9

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.