

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

11 октября 2023 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	180/3	4,5	6,5	19	153	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	6,9	14	44,1	329	0,3
II Завтрак								
2012	210	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,8	45	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	45	0,8
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,6	4,1	12,3	121	5,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	6	16,3	130	7,4
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	16,1	5,2	13,6	166	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	2,1	2,1	30	1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	11	47	14,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			655	31,3	18,1	70,4	574	28,2
Полдник								
к/к	к/к	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2008	464	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	50	3,7	4,8	36,1	202	0
Итого			230	9	10,7	44,7	313	0,4
Всего				47,7	42,9	169	1261	29,7

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.