

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

11 ноября 2022 г.

Сад 10 часов



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 168 | КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/3 | 5,9 | 7,3 | 26,3 | 195 | 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 | 8,3 | 14,8 | 51,4 | 371 | 0,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 2 |
| Итого | | | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ | 180 | 2,1 | 2,3 | 13,1 | 82 | 6,6 |
| 2008 | 155 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | 3,4 | 5,3 | 11,7 | 106 | 36,7 |
| 2008 | 271 | ШНИЦЕЛЬ ПО- ДЕРЕВЕНСКИ | 70 | 10,9 | 8,4 | 13,2 | 172 | 1,3 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С" | 180 | | | 10,6 | 43 | 0,4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,1 | 0,6 | 15,1 | 80 | 0 |
| Итого | | | 600 | 19,5 | 16,6 | 63,7 | 483 | 45 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 1994 | 401 | СНЕЖОК | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | 1,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78 | 0,1 |
| Итого | | | 230 | 7,7 | 5,9 | 37 | 236 | 1,9 |
| Всего | | | | 36 | 37,4 | 162,2 | 1136 | 49,2 |

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.