



Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

13 февраля 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,7	7,3	18,3	162	0,4
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	3	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	2,3	3		36	0,1
Итого			403	10,4	11,2	43,4	316	0,6
II Завтрак								
2008	442	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 ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180/10	3,9	2,1	16,9	102	3,4
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,6	6,7	25,4	184	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,1	6,8	2,4	120	0,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	11,1	47	14,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			640	24,9	16,3	70,9	533	18,8
Полдник								
2012	380	КИСЕЛЬ ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА"	200	0,1		5,8	96	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			230	2,4	0,9	21,2	174	2,1
Всего				38,2	28,5	145,6	1069	23,5

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.