

Согласовано



Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка
Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

13 марта 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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	160/10	32,7	13,3	30,8	380	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10,9	44	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			400	35,1	14,2	57,1	502	0,4
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2012	59	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,3	2,9	9,1	96	7,5
2008	311	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	230	18	12,1	33,9	319	0,6
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
Итого			655	29,9	15,7	77,9	581	43,3
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	15,9	119	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	6,3	5,2	31,3	197	0,4
Всего				72,8	35,6	187,3	1376	54,1

Шеф повар (зав. производством)

С.А. Крюкова

Крюкова С.А.