

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

**МЕНЮ**

14 сентября 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	314	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/4	5,7	7,8	19,7	171	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	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	1,6	2,1		26	0,1
Итого			404	9,7	10,8	44,8	315	0,4
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 МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180/20/10	3,1	5	14,7	117	7,1
2012	238	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150	36,1	18,1	24,7	411	1,3
2008	224	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,8	2,5	4,2	43	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	11,1	47	15,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			610	43,3	26,3	69,8	698	23,9
Полдник								
2008	406	КИСЕЛЬ ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА" СО ВКУСОМ ВИШНИ	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				55,8	38,4	145,6	1234	36,4

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.