

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./



МЕНЮ

14 октября 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,8	7,1	26,8	194	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		6,9		61	0
Итого			400	8,2	14,9	51,9	373	0,3
II Завтрак								
2008		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 ЯЙЦОМ	180	2,1	2,2	13	80	6,5
2008	155	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,2	5,5	11,5	108	36,8
2008	271	ШНИЦЕЛЬ ПО- ДЕРЕВЕНСКИ	70	9,9	8,5	12,8	168	1,4
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,1	11,1	47	14,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			600	18,5	16,9	63,5	483	59,6
Полдник								
1994	401	СНЕЖОК	180	4,9	4,5	19,4	142	1,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	7,2	5,4	34,8	220	1,7
Всего				34,3	37,6	160	1123	71,6

Шеф повар (зав. производством)

С.А. Крюкова

Крюкова С.А.