

Согласовано

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

МЕНЮ

14 октября 2024 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,9	7,1	17,3	154	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,3	15,9	119	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7		61	0
Итого			400	11,1	19,3	48,6	412	0,6
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	3,1	11,6	82	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,3	2,4	15	98	13,9
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	9,6	1,8	2,7	65	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		20	88	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	18,3	7,9	64,4	413	14,6
Полдник								
2008	290	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	100/20	8,2	7,8	54	316	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
Итого			300	8,3	7,8	63,7	356	0,1
Всего				37,7	35	176,7	1181	15,3

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.