



Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

16 января 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 ВЕРМИШЕЛЬЮ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,7	7,9	18,5	168	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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		6,6		58	0
Итого			400	8,1	15,4	43,6	344	0,5
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	0,9	1,7	6,9	47	3,5
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,6	6,4	25,6	181	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,1	6,4	2,3	115	0,6
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА" СО ВКУСОМ ПЕРСИКА	200			18,8	64	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			660	21,7	15,1	68,7	487	5,7
Полдник								
2012	380	КИСЕЛЬ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	14,1	59	14,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	2,5	1	29,5	137	14,3
Всего				32,8	31,6	151,9	1014	22,5

Шеф повар (зав. производством)

С.К. Крюкова

Крюкова С.А.