

Согласовано



Заведующий

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

МЕНЮ

17 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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	160/10	32,8	13,9	28	374	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11,6	47	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			400	35,2	14,8	55	499	0,4
II Завтрак								
2008	345	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			100	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2012	59	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,5	3,8	9,8	107	7,4
2008	311	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	200	16,6	11,7	22,9	265	0,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180			10,6	43	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	28,2	16,1	58,4	495	8,4
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,5	16	121	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	6,3	5,4	31,4	199	0,4
Всего				70,1	36,7	154,3	1239	13,2

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.