

Согласовано



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

МЕНЮ

17 ноября 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,5	6,3	18,2	148	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,8	4,2	16,5	120	0,3
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	10,6	18,3	50,1	407	0,6
II Завтрак								
2012	210	БАНАН	100	1,6	0,5	20,4	93	4
Итого			100	1,6	0,5	20,4	93	4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,7	3,5	12,6	117	5,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	5,4	16,3	124	7,4
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	16,1	5	13,8	165	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	2,2	2,1	30	1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ 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			655	31,4	16,8	71	563	28,5
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6	6,6	40,2	244	0
Итого			250	6,1	6,6	49,9	284	0
Всего				49,7	42,2	191,4	1347	33,1

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.