

Согласовано



Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

18 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	13,3	16,6	6	226	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11,6	47	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		8		70	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			398	15,7	25,5	33	421	0,4
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КУРЫ И СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,8	4	13,4	125	6,5
2012	464	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	6,4	31,4	202	0
2008	272	КОТЛЕТА "МОЗАЙКА"	70	12,4	4,7	11,2	139	0,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		20	88	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	29,6	15,7	91,1	634	7,6
Полдник								
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,4	17,5	125	0,3
2012	458	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	12,3	6,5	32,3	238	0,1
Итого			250	16,2	10,9	49,8	363	0,4
Всего				61,9	52,5	183,7	1465	18,4

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.