

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

# МЕНЮ

18 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,6	6,2	18,8	150	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	16,6	121	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7		61	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,8</b>	<b>18,3</b>	<b>50,8</b>	<b>410</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	210	БАНАН	100	1,6	0,5	20,4	93	4
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,6</b>	<b>0,5</b>	<b>20,4</b>	<b>93</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	91	РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	6,4	3,6	12,6	109	5,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	5,6	16,3	126	7,4
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	16,1	4,9	13,8	164	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	1,9	2,1	28	1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	11	46	14,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>29,1</b>	<b>16,7</b>	<b>70,9</b>	<b>553</b>	<b>28</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008	464	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,8	4,8	43,2	232	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>4,9</b>	<b>4,8</b>	<b>52,9</b>	<b>272</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>46,4</b>	<b>40,3</b>	<b>195</b>	<b>1328</b>	<b>32,6</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.