

Согласовано

Заведующий
"Добрякова Н.Н./



МЕНЮ

18 октября 2022 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		
Завтрак								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,4	5,9	22,3	160	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	15,1	76	0,1
2012	3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7,1		63	0
Итого			399	6,6	13,8	47,1	338	0,3
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	64	СВЕКОЛЬНИК "ПО ДОМАШНЕМУ" С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,7	3,1	9,9	76	4,8
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	12,1	11,8	19,6	233	25,6
2012	45	ТОМАТ СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	0,9	6	1,9
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,4		20,8	92	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	3,3	0,6	16,2	86	0
Итого			627	17,8	15,6	67,4	493	32,5
Полдник								
2012	397	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,4	6	8,8	112	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	43	3,2	4,2	32,2	180	0
Итого			223	8,6	10,2	41	292	0,5
Всего				33,5	39,7	165,6	1169	35,3

Шеф повар (зав. производством)



Крюкова С.А.