

Согласовано

Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Березка
/Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**
18 октября 2024 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,2	6,7	21	165	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2012	3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7		61	0
Итого			400	7,6	14,6	46,1	344	0,3
Обед								
2012	71	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	4,8	3,6	6,5	79	10,9
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,7	19,7	142	9,1
2008	239	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	70	10,9	7,1	5,6	130	0,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	401	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА"	200			18,8	64	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			685	22,4	17	66,2	499	23,8
Полдник								
1994	401	СНЕЖОК	200	6,3	5,9	25,4	186	2,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			230	8,6	6,8	40,8	264	2,2
Всего				38,6	38,4	153,1	1107	26,3

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.