

Согласовано

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

МЕНЮ

18 ноября 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	314	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,6	6,9	19,1	160	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
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		6,8		60	0
Итого			400	8	14,6	44,2	338	0,3
II Завтрак								
2008	442	БАНАН	100	1,6	0,5	21	96	10
Итого			100	1,6	0,5	21	96	10
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ	180/30/5	2,5	3,7	14,3	101	7,1
2012	238	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150	20,4	13,1	22,8	293	1,5
2008	224	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	2,3	2,6	33	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	20,4	88	32,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			615	27,1	19,9	75,2	595	41,3
Полдник								
2008	406	СНЕЖОК	180	4,8	4,4	18,8	138	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	7,1	5,3	34,2	216	0,7
Всего				43,8	40,3	174,6	1245	52,3

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.