

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

18 декабря 2023 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5	7,5	17,3	157	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	17,1	123	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		6,6		58	0
Итого			400	11,2	19,2	49,8	416	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	2,8	11,8	80	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	4,1	2,2	16,8	109	14,8
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	10,1	2,2	9,2	97	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,4	47	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	19,3	7,9	64,3	413	16
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008	290	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,8	36,1	202	0
Итого			230	3,8	4,8	45,8	242	0
Всего				34,8	32	169,8	1114	18,6

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.