

Согласовано



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

МЕНЮ

19 сентября 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								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,6	8,6	18,1	172	0,4
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	3	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	2,3	3		36	0,1
Итого			403	10,3	12,5	43,2	326	0,6
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	77	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180/10	3,6	2,3	16	99	3,4
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,6	7,3	25,5	188	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,3	7,4	4,1	132	0,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	21,3	93	40,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			640	25,1	17,8	82	592	44,4
Полдник								
2012	380	КИСЕЛЬ ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА" СО ВКУСОМ ВИШНИ	200	0,1		5,8	96	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			230	2,4	0,9	21,2	174	2,1
Всего				38,3	31,3	156,5	1138	49,1

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.