



Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

19 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								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/4	4,5	7	23,3	174	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	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	2,3	3		36	0,1
Итого			404	9,2	10,9	48,4	328	0,4
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	3,2	9,5	74	4,6
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	11,3	11,4	11,5	193	18,8
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА"	200			18,8	64	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			615	16,1	15,2	54,9	411	25
Полдник								
2012	397	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			230	9,1	10,8	45,8	320	0,4
Всего				34,9	37	159,2	1105	27,8

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.