

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

21 ноября 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	180/3	4,5	6	23,3	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	6,9	13,9	48,4	344	0,3
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	1,6	3	9,5	73	4,7
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	10,8	10,4	8,9	171	17,7
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,1	20,1	88	36,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			595	16	14,1	53,6	412	58,6
Полдник								
2012	397	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2008		ПРЯНИКИ	50	2,8	2,5	38,2	181	0
Итого			230	8,1	8,4	46,8	292	0,4
Всего				31,5	36,5	158,9	1094	61,3

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.