

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка
Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**
22 января 2024 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	17,3	152	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		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7,1		63	0
Итого			400	7,4	15	42,4	333	0,3
II Завтрак								
2008	442	СНЕЖОК	100	2,7	2,5	10,8	79	0,9
Итого			100	2,7	2,5	10,8	79	0,9
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	2,7	11,1	76	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,9	1,9	16,1	101	14,4
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	10,1	2,2	9,7	99	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,1	19,6	85	34,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	19,5	7,5	71,6	441	49,4
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	16	120	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	6,3	5,2	31,4	198	0,4
Всего				35,9	30,2	156,2	1051	51

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.