

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

22 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 МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,6	5,9	18,7	148	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	16,6	121	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7,2		64	0
Итого			400	10,8	18,2	50,7	411	0,6
II Завтрак								
2012	210	БАНАН	100	1,6	0,5	20,4	93	4
Итого			100	1,6	0,5	20,4	93	4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК" ЛЕНИНГРАДСКИЙ" НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	6,4	3,5	12,1	106	5
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	5,2	16,3	123	7,4
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	16,2	4,6	14	163	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	1,7	2,1	26	1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	11,1	47	14,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			645	29,2	15,7	70,7	545	28,2
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008	464	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,8	3,6	49,3	245	0,1
Итого			250	4,9	3,6	59	285	0,1
Всего				46,5	38	200,8	1334	32,9

Шеф повар (зав. производством)

С.А. Крюкова

Крюкова С.А.