

Согласовано

Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Березка
/Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**
22 ноября 2022 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,7	7,5	18,4	164	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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7		62	0
Итого			400	8,1	15,4	43,5	344	0,5
Обед								
2012	77	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180/10	3,7	2,1	16,4	99	3,4
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	6,6	25,1	181	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,3	7,3	3,5	129	0,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,4		20,2	89	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			640	25	16,6	80,3	578	4,2
Полдник								
2012	380	КИСЕЛЬ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	14,3	60	14,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	2,5	1	29,7	138	14,7
Всего				35,6	33	153,5	1060	19,4

Шеф повар (зав. производством) С.А. Крюкова Крюкова С.А.