

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./



МЕНЮ

22 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,3	7	21,1	169	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		6,6		58	0
Итого			400	7,7	14,5	46,2	345	0,3
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								
2012	71	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,9	3,2	6,8	80	10,9
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,3	4,9	19,7	136	9,1
2008	239	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	16,1	5,2	13,6	166	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	401	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА" СО ВКУСОМ ПЕРСИКА	180			18,8	64	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			665	28,6	13,9	74,5	530	23,1
Полдник								
1994	401	СНЕЖОК	200	5,4	5	21,6	158	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			230	7,7	5,9	37	236	1,9
Всего				45,6	34,8	178,1	1204	29,3

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.