

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

23 октября 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,5	6,5	19	153	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,3	16	119	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		6,6		58	0
Итого			400	10,7	18,3	50,4	408	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	3,4	11,2	83	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,1	2,6	14,6	96	13,6
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	9,2	1,7	3	64	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	11	47	14,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	17,5	8,4	54,9	370	28,7
Полдник								
2008	290	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	9,1	8,3	52,1	320	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
Итого			300	9,2	8,3	61,8	360	0,2
Всего				37,9	35,1	177	1181	31,5

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.