

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

**МЕНЮ**

25 сентября 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 ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,9	6,6	17,6	150	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)	8		7,5		66	0
Итого			401	7,3	15	42,7	334	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	2,4	11,6	75	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,1	2,9	14,6	99	13,5
к/к	к/к	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	9	1,7	2,5	62	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		19,7	87	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	17,5	7,6	63,5	403	14,2
Полдник								
2008	290	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	15,9	121	0,3
Итого			210	6,3	5,3	30,8	197	0,3
Всего				33,8	30,4	147,8	1013	15,7

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