

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

25 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								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,9	7,4	17,5	157	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	16,8	122	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		6,6		58	0
Итого			400	11,1	19,1	49,7	415	0,6
II Завтрак								
2012	210	ЯБЛОКО	100	0,1	0,1	3,3	16	1,4
Итого			100	0,1	0,1	3,3	16	1,4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,6	4,1	12,3	121	5,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	6	16,3	130	7,4
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	16,1	5,2	13,6	166	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	2,1	2,1	30	1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		19,9	88	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			655	31,5	18	79,3	615	13,8
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6	6,7	40,7	247	0
Итого			250	6,1	6,7	50,4	287	0
Всего				48,8	43,9	182,7	1333	15,8

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.