

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./



МЕНЮ

25 ноября 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,9	7,1	26,6	195	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
2008	13	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	1,6	2,1		26	0,1
Итого			403	9,9	10,1	51,7	339	0,4
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	46	2
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	180	2	2,4	13	82	6,5
2008	155	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,3	5,2	11,8	107	36,8
2008	271	ШНИЦЕЛЬ ПО- ДЕРЕВЕНСКИ	70	9,9	8,4	12,8	166	1,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ КЛЮКВЫ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1		10,4	44	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			600	18,4	16,6	63,1	479	45,8
Полдник								
1994	401	СНЕЖОК	180	4,9	4,5	19,4	142	1,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	7,2	5,4	34,8	220	1,7
Всего				36	32,2	159,7	1084	49,9

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.