

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

25 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	314	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,9	6,9	18,2	156	0,3
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	8,9	9,9	43,3	300	0,5
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	95	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180/10	5	6,3	10,7	119	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,9	6,8	20,4	193	10,1
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		20,2	89	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			620	21,6	13,7	66,9	485	17,1
Полдник								
к/к	к/к	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2012	294	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,8	36,1	202	0
Итого			230	9	10,7	44,7	313	0,4
Всего				42,2	36,8	165,7	1177	18,9

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.