

Согласовано

Заведующий

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

Сад 10 часов



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 92 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/3 | 5,4 | 7,1 | 18 | 158 | 0,3 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | 3 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО) | 7 | | 7,1 | 15,4 | 78 | 0,1 |
| Итого | | | 400 | 7,7 | 15,1 | 43,1 | 338 | 0,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | ЯБЛОКО | 80 | 0,3 | 0,3 | 7,8 | 38 | 8 |
| Итого | | | 80 | 0,3 | 0,3 | 7,8 | 38 | 8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 77 | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ | 180/10 | 3,6 | 2,4 | 16 | 101 | 3,4 |
| 2012 | 314 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 5,5 | 6,4 | 25,2 | 179 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50/50 | 12,6 | 7,8 | 3,1 | 133 | 0,7 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 180 | 0,4 | | 20,1 | 89 | 0,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 42 | 3,3 | 0,6 | 16,2 | 86 | 0 |
| Итого | | | 642 | 25,4 | 17,2 | 80,6 | 588 | 4,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 380 | КИСЕЛЬ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ | 180 | 0,2 | 0,1 | 14,7 | 61 | 14,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78 | 0,1 |
| 2008 | | СЫР (ПОРЦИОННО) | 10 | 2,3 | 3 | | 36 | 0,1 |
| Итого | | | 220 | 4,8 | 4 | 30,1 | 175 | 14,3 |
| Всего | | | | 38,2 | 36,6 | 161,6 | 1139 | 27 |

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.