

Согласовано

Заведующий
МДОУ Детский сад № 7 Березка
Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

28 сентября 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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	160/10	25,7	10,3	33,8	335	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200			11,4	46	0
Итого			370	25,7	10,3	45,2	381	0,2
Обед								
2012	59	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	5,9	3,4	9,1	90	9,1
2008	311	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	200	16,6	6,4	31,6	252	0,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180			11,7	47	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	25,6	10,4	67,5	469	10,1
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,7	17,1	129	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	6,9	5,6	32,5	207	0,4
Всего				58,2	26,3	145,2	1057	10,7

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