

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

**МЕНЮ**

28 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	6,2	7,3	28,4	205	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	1	17,2	87	0,1
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		6,9		61	0
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>8,7</b>	<b>15,2</b>	<b>55,3</b>	<b>392</b>	<b>0,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	50	2,2
<b>Итого</b>			<b>108</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,9</b>	<b>50</b>	<b>2,2</b>
<b>Обед</b>								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	180	2,5	2,5	13,1	85	6,5
2008	155	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	5,5	10,6	104	37,1
2008	271	ШНИЦЕЛЬ ПО- ДЕРЕВЕНСКИ	70	10,3	8,8	11,4	166	1,4
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180			10,5	43	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,6	0,6	17,4	93	0
<b>Итого</b>			<b>606</b>	<b>19,4</b>	<b>17,4</b>	<b>63</b>	<b>491</b>	<b>45,4</b>
<b>Полдник</b>								
1994	401	СНЕЖОК	192	5,2	4,8	20,8	152	1,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	1	17,2	87	0,1
<b>Итого</b>			<b>225</b>	<b>7,7</b>	<b>5,8</b>	<b>38</b>	<b>239</b>	<b>1,8</b>
<b>Всего</b>				<b>36,3</b>	<b>38,5</b>	<b>167,2</b>	<b>1172</b>	<b>49,7</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.