

Согласовано

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

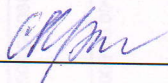
МЕНЮ

28 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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	11,5	13,7	5,4	191	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10,6	43	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7,2		64	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			397	13,9	21,8	31,4	376	0,3
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180/20	6,5	3,3	13,3	109	6,8
2012	464	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	5,8	31	195	0
2008	272	КОТЛЕТА "МОЗАЙКА"	70	11,2	3,9	12,4	132	1,8
2008	401	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА"	200					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			640	25,7	13,6	71,8	516	8,6
Полдник								
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	16,6	121	0,3
2012	458	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
2008	3	СЫР (ПОРЦИОННО)	5	1,2	1,5		18	0,1
Итого			215	7,3	6,6	31,5	215	0,4
Всего				47,3	42,4	144,5	1154	19,3

Шеф повар (зав. производством)



Крюкова С.А.