

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

(Добрякова Н.Н.)

МЕНЮ

3 сентября 2025 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	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	160/10	32,5	13,5	30,3	378	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10,7	43	0
Итого			370	32,6	13,5	41	421	0,3
II Завтрак								
2008	345	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			100	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2012	59	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/5	8,3	3,6	8,9	101	7,5
2008	311	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	200	16,6	7,8	22,9	231	0,5
2012	348	ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	0,8	5	1,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,5	0,1	20,1	88	36,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			655	28,8	12,2	67,8	505	45,8
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,3	15,9	119	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			210	6,2	5,2	31,3	197	0,4
Всего				68	31,3	149,6	1169	50,5

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.