Согласовано

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

МЕНЮ

4 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМЕШЕЛЬЮ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,6	7,6	18,1	163	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,7	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
2008	3	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	2,3	3		36	0,1
Итого			**403**	**10,3**	**11,5**	**43,2**	**317**	**0,6**
Обед								
2012	77	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180/10	0,9	2	6,9	50	3,4
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,6	6,4	25,5	180	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,1	7,4	2,7	126	0,7
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			**640**	**22,2**	**16,5**	**70,3**	**524**	**40,3**
Полдник								
2012	380	КИСЕЛЬ ВИТАМИННЫЙ "ВИТОШКА"	200	0,1,		5,8	96	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			**230**	**2,4**	**0,9**	**21,2**	**174**	**2,1**
Всего				**34,9**	**28,9**	**134,7**	**1015**	**43**

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