

Согласовано

Заведующий

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



МЕНЮ

5 ноября 2024 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 ВЕРМИШЕЛЬЮ 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
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								
2012	77	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180/10	0,9	2	6,8	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	70,2	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				35,3	29,3	144,4	1062	53

Шеф повар (зав. производством) _____

Крюкова С.А.