

Согласовано

Заведующий  
МДОУ Детский сад № 7 Березка  
Добрякова Н.Н./**МЕНЮ**  
6 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	11,4	13,9	5,4	192	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10,7	44	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	10		7		61	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>13,8</b>	<b>21,8</b>	<b>31,5</b>	<b>375</b>	<b>0,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180/20	6,5	3,4	13,3	110	6,7
2012	464	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	5,5	30,7	190	0
2008	272	КОТЛЕТА "МОЗАЙКА"	70	11,7	4,3	10,5	129	0,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ КЛЮКВЫ	180	0,1		10,4	44	1,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>26,3</b>	<b>13,8</b>	<b>80</b>	<b>553</b>	<b>8,7</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	16,6	121	0,3
2012	458	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,8	4,8	43,2	232	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,7</b>	<b>9</b>	<b>59,8</b>	<b>353</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>49,3</b>	<b>44,7</b>	<b>181,4</b>	<b>1327</b>	<b>11,3</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.