

Согласовано



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

МЕНЮ

7 апреля 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,9	7,1	17,3	154	0,2
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
2012		СЫР (ПОРЦИОННО)	10	1,6	2,1		26	0,1
Итого			403	8,9	10,1	42,4	298	0,4
II Завтрак								
2008	442	СНЕЖОК	100	2,7	2,5	10,8	79	0,9
Итого			100	2,7	2,5	10,8	79	0,9
Обед								
2008	92	СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	1,9	3,1	11,6	82	0,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	1,9	2,1	9,7	66	11,2
к/к	к/к	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	9,6	1,8	2,7	65	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4		20	88	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			625	16,9	7,6	59,1	381	11,9
Полдник								
2008	290	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,3	15,9	119	0,3
Итого			210	6,1	5,2	30,8	195	0,3
Всего				34,6	25,4	143,1	953	13,5

Шеф повар (зав. производством)

С.А. Крюкова

Крюкова С.А.