

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

14 ноября 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	314	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,6	6,8	19,1	159	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
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7		61	0
Итого			400	8	14,7	44,2	338	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	46	2
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ	180/30/5	2,4	3,7	14,4	101	7,1
2012	238	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150	20,4	13,4	24,1	300	1,5
2008	224	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	2,4	3,1	36	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			615	26,9	20,1	76,7	605	8,8
Полдник								
2008	406	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				37,8	35,8	152,2	1163	13,2

Шеф-повар (зав. производством)

Крюкова С.А.