Согласовано

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

МЕНЮ

15 сентября 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	314	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,9	6,6	18,4	154	0,3
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**	**7,3**	**14,5**	**43,5**	**333**	**0,4**
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								
2008	95	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180/10	5	6,6	10,6	122	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,7	6,9	19,2	193	9,4
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
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			**620**	**22,4**	**14,1**	**65,4**	**487**	**16,4**
Полдник								
к/к	к/к	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2012	294	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,8	36,1	202	0
Итого			**230**	**9**	**10,7**	**44,7**	**313**	**0,4**
Всего				**39,2**	**39,4**	**163,7**	**1179**	**19,2**

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