

Согласовано



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

# МЕНЮ

16 января 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	1,6	2,1		26	0,1
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>9,6</b>	<b>9,8</b>	<b>44,2</b>	<b>303</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
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 СВЕЖИХ ЯБЛОК	180			8,7	35	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>26,5</b>	<b>20,1</b>	<b>65,4</b>	<b>552</b>	<b>9</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>2,4</b>	<b>0,9</b>	<b>21,2</b>	<b>174</b>	<b>2,1</b>
<b>Всего</b>				<b>38,5</b>	<b>30,8</b>	<b>130,8</b>	<b>1029</b>	<b>11,5</b>

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