

Согласовано

Заведующий  
МДОУ Детский сад № 7 Березка  
Добрякова Н.Н.**МЕНЮ**  
17 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	168	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	5,2	6,7	21	165	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	3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7		61	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7,6</b>	<b>14,6</b>	<b>46,1</b>	<b>344</b>	<b>0,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	210	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,5</b>	<b>46</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2012	71	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ КУРЫ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,9	3,5	6,6	82	10,8
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,3	5,6	19,7	142	9,1
2008	239	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	70	10,9	7,1	5,6	130	0,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА	180	0,4	0,1	19	82	32,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>23,8</b>	<b>16,9</b>	<b>66,5</b>	<b>520</b>	<b>54,3</b>
<b>Полдник</b>								
1994	401	СНЕЖОК	200	5,4	5	21,6	158	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,7</b>	<b>5,9</b>	<b>37</b>	<b>236</b>	<b>1,9</b>
<b>Всего</b>				<b>39,5</b>	<b>37,8</b>	<b>159,1</b>	<b>1146</b>	<b>60,5</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.