Согласовано

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

# МЕНЮ

**17 декабря 2024 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 | 92 | СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/3 | 5,6 | 7,6 | 18,1 | 163 | 0,4 |
| 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 | 3 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО) | 7 | | 7 | | 61 | 0 |
| **Итого** | | | **400** | **8** | **15,5** | **43,2** | **342** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| **Итого** | | | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **47** | **10** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2012 | 77 | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ | 180/10 | 0,9 | 2 | 6,8 | 50 | 3,4 |
| 2012 | 314 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 5,6 | 6,4 | 25,5 | 180 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50/50 | 12,1 | 7,4 | 2,7 | 126 | 0,7 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 | 0,1 | 0,1 | 11,4 | 47 | 0,7 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,1 | 0,6 | 15,1 | 80 | 0 |
| **Итого** | | | **640** | **21,8** | **16,5** | **61,5** | **483** | **4,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2012 | 380 | 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** | | | | **32,6** | **33,3** | **135,7** | **1046** | **17,4** |

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