

Согласовано



Заведующий

ИДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

# МЕНЮ

19 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
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	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	2,3	3		36	0,1
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>10,3</b>	<b>11,5</b>	<b>43,2</b>	<b>317</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
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 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>640</b>	<b>22,1</b>	<b>16,5</b>	<b>69,1</b>	<b>518</b>	<b>36,3</b>
<b>Полдник</b>								
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
<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>34,8</b>	<b>28,9</b>	<b>133,5</b>	<b>1009</b>	<b>39</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.