

Согласовано

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

# МЕНЮ

20 января 2025 г.

Сад 10 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	1,6	2,1		26	0,1
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>8,9</b>	<b>9,6</b>	<b>43,5</b>	<b>298</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180/10	5	6,6	10,5	122	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,8	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
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>22,5</b>	<b>14,1</b>	<b>65,3</b>	<b>487</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	0,4
2012	294	ПРЯНИКИ	50	2,7	2,4	37,1	176	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>8</b>	<b>8,3</b>	<b>45,7</b>	<b>287</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>39,9</b>	<b>32,1</b>	<b>164,6</b>	<b>1118</b>	<b>19,3</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.

