

Согласовано



Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

Добрякова Н.Н./

МЕНЮ

27 ноября 2024 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		
Завтрак								
2012	168	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	4,6	6,2	18,8	150	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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	7		7		61	0
Итого			400	7	14,1	43,9	329	0,3
II Завтрак								
2012	210	ЯБЛОКО	100	0,1	0,1	3,3	16	1,4
Итого			100	0,1	0,1	3,3	16	1,4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК" ЛЕНИНГРАДСКИЙ" С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,7	3,8	12,5	108	5,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	5,6	16,3	126	7,4
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,5	6	13,6	150	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	1,9	2,1	28	1
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
Итого			645	23	17,9	79,6	580	13,8
Полдник								
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	16,6	121	0,3
2008	464	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
Итого			210	6,1	5,1	31,5	197	0,3
Всего				36,2	37,2	158,3	1122	15,8

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.