

Согласовано

Заведующий

МДОУ Детский сад № 7 Березка

/Добрякова Н.Н./

# МЕНЮ

28 декабря 2024 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ 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	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)	5	1,2	1,5		18	0,1
2008	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	5		5		44	0
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>8,5</b>	<b>14</b>	<b>43,5</b>	<b>334</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180/10	5	6,6	10,6	122	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,7	6,9	19,2	193	9,4
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	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>22,4</b>	<b>14,1</b>	<b>65,4</b>	<b>487</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,3	6,2	80	0,3
2012	294	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>6,1</b>	<b>5,2</b>	<b>21,1</b>	<b>156</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>37</b>	<b>33,3</b>	<b>130</b>	<b>977</b>	<b>17,2</b>

Шеф повар (зав. производством)

Крюкова С.А.