

Утверждаю

МДОУ «Детский сад №1

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1" Теремок

ИНН 7616005409 КПП 761601003 /Антипина Н.Ю./

152240, Ярославская область,

г. Гагаринов-Ям, ул. Луначарского, д. 1

Телефон 8 (48534) 2-49 47

МЕНЮ

1 марта 2024 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	1,51	7,21	2,12	79,73	0,23
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	29	0,88	0,06	1,85	11,42	1,18
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,08	0,00	11,28	45,43	0,02
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,92	1,13	20,01	102,01	0,00
Итого			391	5,47	15,04	35,34	298,59	1,43
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,60	0,00	13,34	53,62	2,38
Итого			119	0,60	0,00	13,34	53,62	2,38
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	8,07	7,42	12,12	147,55	6,03
2008	335	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	140	5,69	6,42	25,72	183,21	0,00
1996	375	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	10,09	10,29	1,88	140,45	0,24
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	22	0,18	0,02	0,56	3,12	2,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,69	0,36	17,23	82,89	0,00
2008	441	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	185	0,68	0,04	17,75	74,63	0,22
Итого			668	27,40	24,55	75,26	631,85	8,72
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,04	5,57	8,18	104,39	0,93
		хлопья кукурузные	34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	155	0,62	0,62	15,14	72,62	15,45
Итого			368	5,66	6,19	23,32	177,01	16,38
Всего				39,13	45,78	147,26	1 161,07	28,91

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.