

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"

Антипина Н.Ю.

МЕНЮ

5 декабря 2023 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,60	5,27	19,23	147,66	0,68
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,51	2,56	0,00	33,61	0,07
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,16	4,41	16,02	121,70	0,70
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,70	12,48	63,62	0,00
Итого			334	14,09	12,94	47,73	366,59	1,42
II Завтрак								
2008	130	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ,ГРУШИ ,МАНДАРИНЫ).	177	0,60	0,60	14,82	71,07	6,24
Итого			177	0,60	0,60	14,82	71,07	6,24
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ .	175	5,08	4,95	9,46	102,70	4,71
2012	317	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	110	3,99	3,90	25,42	152,86	0,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	7,91	8,69	7,07	138,29	0,32
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	17	0,14	0,02	0,43	2,42	1,73
2012	378	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ .	150	0,09	0,02	10,81	44,21	0,66
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,70	0,23	10,90	52,45	0,00
Итого			538	18,91	17,81	64,09	492,93	7,42
Полдник								
2008	434	1 Кисель Валетек	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	7,49	5,00	28,25	188,46	0,08
Итого			225	11,71	9,66	35,09	275,76	0,86
Всего				45,31	41,01	161,73	1 206,35	15,94

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.