

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"

/Антипина Н.Ю.

МЕНЮ

6 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)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,61	1,01	17,89	91,22	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,66	4,97	18,91	140,25	0,83
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,93	8,18	21,04	186,38	0,75
Итого			425	14,30	22,46	57,94	492,85	1,58
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	39	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			39	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Обед								
2002	4	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	195	4,56	6,67	10,76	123,77	4,78
2008	283	КОТЛЕТА КУРИННАЯ	70/35	10,69	13,20	8,96	197,51	0,74
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	165	0,63	0,04	16,90	70,92	0,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,61	0,35	16,72	80,45	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУЩЕННАЯ	95	1,85	3,89	6,17	68,01	14,88
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	17	0,19	0,03	0,66	4,15	4,32
Итого			616	20,53	24,18	60,17	544,81	24,92
Полдник								
1994		Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	70	6,85	5,25	2,35	84,52	1,27
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160/5	0,07	0,00	10,90	43,81	0,01
Итого			260	8,80	5,98	26,10	193,83	1,28
Всего				43,93	52,92	152,01	1 269,09	35,78

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.