

Утверждаю  
МДОУ «Детский сад №1  
«Теремок»  
ОГРН 1027601070980  
Заведующий  
МДОУ «Детский сад №1» Теремок  
152240, Ярославская обла./Антипина Н.Ю./  
г. Гаврилов-Ям, ул. Луначарского, д. 17  
Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-00-66

# МЕНЮ

7 февраля 2024 г.

## Сад 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>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    | 2,66              | 1,03    | 18,20            | 92,75                                    | 0,00                  |
|                               | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                 | 180   | 4,68              | 4,97    | 18,69            | 139,39                                   | 0,83                  |
| 2008                          | 184                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ВЯЗКАЯ          | 200   | 7,09              | 8,14    | 21,68            | 189,20                                   | 0,75                  |
| Итого                         |                     |                                            | 425   | 14,53             | 22,44   | 58,67            | 496,34                                   | 1,58                  |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СНЕЖОК                                     | 141   | 3,65              | 3,51    | 15,46            | 108,20                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 141   | 3,65              | 3,51    | 15,46            | 108,20                                   | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2002                          | 4                   | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                     | 200   | 7,30              | 9,31    | 11,19            | 160,56                                   | 5,84                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                          | 150   | 3,16              | 5,20    | 21,38            | 145,36                                   | 10,40                 |
| 2008                          | 283                 | ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ                            | 70/35 | 12,38             | 15,30   | 9,65             | 225,57                                   | 0,82                  |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                             | 16    | 0,18              | 0,03    | 0,62             | 3,93                                     | 4,10                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                            | 185   | 0,31              | 0,07    | 19,27            | 79,42                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 39    | 2,58              | 0,34    | 16,53            | 79,54                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 695   | 25,91             | 30,25   | 78,64            | 694,38                                   | 21,16                 |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 1994                          |                     | Рыба (филе) тушённая в томате с<br>овощами | 100   | 11,41             | 5,68    | 2,81             | 108,94                                   | 1,78                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                 | 25    | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
|                               | к/к                 | ЧАЙ                                        | 155/5 | 0,08              | 0,00    | 10,62            | 42,71                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                            | 285   | 13,37             | 6,41    | 26,28            | 217,15                                   | 1,80                  |
| Всего                         |                     |                                            |       | 57,46             | 62,61   | 179,05           | 1 516,07                                 | 24,54                 |

Васина Е.Ю. \_\_\_\_\_

повар \_\_\_\_\_

Шиткова Е.И.