

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1" Теремок
/Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

7 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,32	6,83	21,78	175,10	0,75
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,68	4,98	19,00	140,70	0,83
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	0,74	0,28	5,04	25,70	0,00
2008	13	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,51	2,56	0,00	33,62	0,07
Итого			400	14,25	14,65	45,82	375,12	1,65
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	120	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			120	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	6,95	6,67	9,47	125,74	4,72
2008	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	225	10,38	10,19	22,07	222,07	11,44
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,28	0,06	18,90	77,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,69	0,36	17,20	82,76	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,26	0,03	0,55	4,23	1,63
Итого			678	20,56	17,31	68,19	512,56	17,79
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			210	5,90	6,58	31,40	210,96	0,94
Всего				40,71	38,54	150,25	1 117,99	20,38

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.