



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"

/Антипина Н.Ю.

МЕНЮ

8 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,17	6,87	21,11	172,04	0,7
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,36	1,43	19,10	94,73	0,0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,60	0,62	10,99	56,01	0,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	7,97	0,08	72,22	0,0
Итого			411	9,18	16,89	51,28	395,00	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	121	0,60	0,00	13,50	54,23	2,4
Итого			121	0,60	0,00	13,50	54,23	2,4
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	195	12,27	6,89	22,40	202,88	7,0
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,66	4,13	29,75	174,94	0,0
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,41	11,65	6,72	177,31	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,86	0,25	11,91	57,32	0,0
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	17	0,14	0,02	0,44	2,44	1,7
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,16	0,04	17,41	70,90	0,0
Итого			645	30,50	22,98	88,63	685,79	9,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,05	5,57	8,19	104,46	0,9
2008		ВАФЛИ	33	0,93	1,09	25,59	117,18	0,0
Итого			212	5,98	6,66	33,78	221,64	0,9
Всего				46,26	46,53	187,19	1 356,66	13,2

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.