

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №1" Теремс
Антипина Н.Ю.

МЕНЮ

11 января 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								
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	4,04	6,54	7,74	107,16	0,7
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,20	2,25	0,00	29,51	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ.	175	2,58	2,78	15,09	96,50	0,4
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,02	18,04	91,93	0,0
Итого			419	11,45	12,59	40,87	325,10	1,2
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	125	0,35	0,15	8,66	43,93	42,1
Итого			125	0,35	0,15	8,66	43,93	42,1
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6,97	7,35	9,07	134,32	7,7
2008	284	"ЁЖИКИ " МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	10,56	10,18	6,63	160,30	0,5
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	130	1,88	4,77	11,03	94,41	4,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	175	0,13	0,05	11,77	48,90	10,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,68	0,36	17,18	82,66	0,0
Итого			626	22,22	22,71	55,68	520,59	23,1
Полдник								
2012	483	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	7,79	6,92	30,92	217,90	0,1
		СНЕЖОК	190	4,93	4,74	20,85	145,95	0,0
Итого			280	12,72	11,66	51,77	363,85	0,1
Всего				46,74	47,11	156,98	1 253,47	66,5

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.