

Утверждаю

Заведующий

МДОУ " Детский сад №1 " Теремок

/Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

12 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,32	6,95	21,76	176,08	0,75
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,67	4,98	20,05	144,91	0,83
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,58	1,00	17,65	89,96	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,41	0,08	76,21	0,00
Итого			424	13,62	21,34	59,54	487,16	1,58
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	122	0,61	0,00	13,69	55,02	2,45
Итого			122	0,61	0,00	13,69	55,02	2,45
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	220	15,28	7,25	28,75	244,54	8,18
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	9,87	10,27	25,81	235,66	13,30
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	19	0,15	0,02	0,48	2,69	1,92
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,28	0,06	19,94	81,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,69	0,36	17,20	82,74	0,00
Итого			690	28,27	17,96	92,18	647,54	23,40
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,08	5,61	8,24	105,09	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	2,99	3,91	29,69	166,41	0,00
Итого			221	8,07	9,52	37,93	271,50	0,94
Всего				50,57	48,82	203,34	1 461,22	28,37

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.