

Утверждаю

МДОУ "Детский сад №1

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 " Теремок

/Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

12 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	22,12	12,97	12,76	261,62	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,88	2,37	6,05	49,18	0,13
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,95	5,26	18,28	141,81	0,84
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,58	1,00	17,71	90,30	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
Итого			422	30,61	28,24	54,88	602,91	0,97
II/Завтрак								
2008		БАНАН	115	1,73	0,58	24,16	110,46	11,51
Итого			115	1,73	0,58	24,16	110,46	11,51
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	205	5,62	6,46	9,60	121,74	7,43
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,71	4,52	28,33	164,92	0,00
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,82	17,45	8,18	244,90	0,88
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,62	2,49	3,85	40,78	1,13
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,68	0,36	17,18	82,68	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	185	0,00	0,00	10,72	42,84	0,00
Итого			681	25,45	31,28	77,86	697,86	9,44
Полдник								
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	1,69	2,60	10,18	73,74	4,19
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,24	0,86	15,33	78,13	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,38	2,42	0,00	31,83	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	175	2,60	2,80	14,96	96,11	0,48
Итого			339	8,91	8,68	40,47	279,81	4,73
Всего				66,70	68,78	197,37	1 691,04	26,65

Васина Е.Ю.

повар

Шиткова Е.И.