

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1" Теремок

/Антипина Н.Ю.

МЕНЮ

14 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,33	2,38	0,00	31,23	0,06
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,22	7,56	18,70	168,81	0,75
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,64	2,80	15,20	97,22	0,49
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,32	0,90	15,88	80,94	0,00
Итого			390	13,51	13,64	49,78	378,20	1,30
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
		СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	205	1,33	1,95	11,22	67,95	3,93
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80/40	12,08	9,10	4,10	163,85	8,60
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,88	4,29	31,18	182,95	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	18	0,14	0,02	0,44	2,45	1,75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,62	0,35	16,80	80,86	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	175	0,00	0,00	10,89	43,53	0,00
Итого			698	21,05	15,71	74,63	541,59	14,28
Полдник								
2012	409	ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	105	13,78	8,57	30,88	257,32	4,83
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,03	0,00	12,86	51,54	0,01
Итого			285	13,81	8,57	43,74	308,86	4,84
Всего				48,37	37,92	168,15	1 228,65	20,42

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.