

Утверждаю
 МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"
 Заведующий
 /МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"
 /Антипина Н.Ю./
 Телефон: 8 (48534) 2-44 47, 2-00 06

МЕНЮ

14 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,32	7,45	19,15	170,16	0,75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,33	2,38	0,00	31,23	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	1,77	1,96	21,47	110,71	0,12
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,64	1,02	18,08	92,17	0,00
Итого			414	13,06	12,81	58,70	404,27	0,93
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	89	1,34	0,45	18,78	85,85	8,94
Итого			100	1,34	0,45	18,78	85,85	8,94
Обед								
		суп гороховый	200	12,88	6,88	22,73	204,32	4,80
2008	290	ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	70/30	13,07	8,10	6,09	168,05	9,11
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,74	3,84	30,31	174,97	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,61	0,35	16,73	80,49	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	175	0,00	0,00	10,54	42,16	0,00
Итого			649	33,30	19,17	86,40	669,99	13,91
Полдник								
2012	409	ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120	15,88	9,59	37,09	299,52	6,18
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	175	0,03	0,00	12,50	50,06	0,00
Итого			295	15,91	9,59	49,59	349,58	6,18
Всего				63,61	42,02	213,47	1 509,69	29,96

Васина Е.Ю. _____

повар _____ Шиткова Е.И.