

Утверждаю

МДОУ «Детский сад №1
«Теремок»
ОГРН 1027601070989
МДОУ "Детский сад №1" Теремок
152740, Теремокский район / Антипина Н.Ю.
г. Гаврилов-Ям, ул. Луначарского, д. 17
Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-99-69

МЕНЮ
15 октября 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,47	6,88	22,15	177,54	0,7
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,78	2,84	0,00	37,27	0,0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,12	5,36	18,86	145,84	0,8
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,68	1,03	18,34	93,47	0,0
Итого			427	17,05	16,11	59,35	454,12	1,6
II Завтрак								
2008	130	БАНАН	127	1,91	0,64	26,75	122,30	12,7
Итого			127	1,91	0,64	26,75	122,30	12,7
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	215	8,11	7,83	11,43	148,72	5,7
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	14,00	23,35	11,26	177,09	0,4
2008	331	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	135	4,70	4,23	29,98	176,88	0,0
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	22	0,18	0,02	0,55	3,10	2,2
2012	378	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	170	0,06	0,02	11,67	48,13	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,58	0,34	16,50	79,38	0,0
Итого			666	29,63	35,79	81,39	633,30	9,0
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	95	18,49	13,07	38,41	345,70	5,0
		КИСЕЛЬ ВАЛЕТЕК	162	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0
Итого			257	18,49	13,07	38,41	345,70	5,0
Всего				67,08	65,61	205,90	1 555,42	28,46

повар _____

Шиткова Е.И.