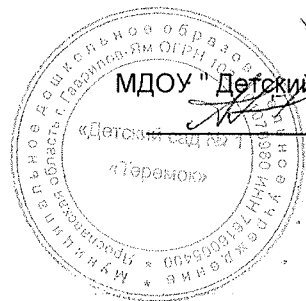


Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 " Теремок

/Антипина Н.Ю.



МЕНЮ

16 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	165	24,64	14,12	13,76	286,46	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,91	2,46	6,27	51,09	0,10
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,60	1,01	17,84	90,95	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,97	5,27	19,25	145,93	0,80
Итого			437	33,20	29,50	57,20	634,43	0,90
II Завтрак								
2008		БАНАН	140	2,10	0,70	29,40	134,40	14,00
Итого			140	2,10	0,70	29,40	134,40	14,00
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	205	6,53	7,48	9,34	133,17	7,40
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,67	4,61	27,93	163,82	0,00
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	85	15,42	18,53	8,52	262,40	0,90
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,62	2,25	3,88	38,83	1,10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,69	46,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,35	16,88	81,20	0,00
Итого			680	27,88	33,22	78,24	726,15	9,40
Полдник								
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	1,84	2,59	11,10	77,35	4,20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,24	0,86	15,32	78,10	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,60	2,66	0,00	34,90	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	175	2,61	2,80	15,95	100,08	0,40
Итого			340	9,29	8,91	42,37	290,43	4,70
Всего				72,47	72,33	207,21	1 785,41	29,20

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.