

Утверждаю

МДОУ «Детский сад №1 Теремок»
 Заведующий
 МДОУ "Детский сад №1" Теремок
 ОГРН 761601001
 ИНН 7616000100 КПП 761601001
 152240, Ярославская область,
 г. Гагарин-Ям, ул. Луначарского, д. 17
 Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-00-66

МЕНЮ
 16 октября 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,68	1,03	18,34	93,47	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,73	4,96	20,05	145,01	0,83
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,00	8,03	21,49	187,15	0,74
Итого			426	14,51	22,32	59,98	500,63	1,57
II Завтрак								
		СНЕЖОК	157	3,97	3,81	16,78	117,47	0,00
Итого			157	3,97	3,81	16,78	117,47	0,00
Обед								
2002	4	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	210	7,91	10,35	10,97	172,44	4,88
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ	80/35	13,68	16,34	10,18	242,16	0,87
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	170	0,60	0,04	17,39	72,77	0,19
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,58	0,34	16,50	79,38	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,00	3,85	9,19	85,08	26,76
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	23	0,25	0,05	0,86	5,42	5,65
Итого			707	28,02	30,97	65,09	657,25	38,35
Полдник								
1994		Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	100	8,20	4,66	2,49	85,33	1,44
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,93	0,74	13,20	67,27	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	0,05	0,00	11,62	46,67	0,00
Итого			311	10,18	5,40	27,31	199,27	1,44
Всего				56,68	62,50	169,16	1 474,62	41,37

повар _____

Шиткова Е.И.