

Утверждаю

Заведую

МДОУ "Детский сад №1" Тер

/Антипина Н.

МЕНЮ

16 ноября 2023 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вит ми С, I
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,95	3,01	0,00	39,58	0,
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5,95	6,69	22,94	176,88	0,
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,66	4,96	19,59	142,91	0,
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,71	1,05	18,54	94,52	0,
Итого			428	16,27	15,71	61,07	453,89	1,
II Завтрак								
		СНЕЖОК	142	3,59	3,45	15,19	106,32	0,0
Итого			142	3,59	3,45	15,19	106,32	0,0
Обед								
2012	62	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ СО СМЕТАНОЙ	190	6,54	7,21	8,57	128,73	7,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,14	4,96	21,28	142,83	10,3
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	65	8,28	6,19	3,80	104,24	0,4
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	20	0,22	0,04	0,76	4,78	4,9
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	175	0,06	0,02	11,83	48,82	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,61	0,35	16,71	80,38	0,0
Итого			639	20,85	18,77	62,95	509,78	24,0
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,05	5,58	8,19	104,53	0,93
		хлопья кукурузные	31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАНАН	108	1,62	0,54	22,67	103,63	10,80
Итого			319	6,67	6,12	30,86	208,16	11,73
Всего				47,38	44,05	170,07	1 278,15	37,47

Васина Е.Ю.

повар

Шиткова Е.И.