

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1" Теремок

/Антипина Н.Ю./

**МЕНЮ**

17 ноября 2023 г.

**Сад 10 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                           | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                              |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 14                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                             | 10     | 0,05              | 8,25    | 0,08             | 74,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ<br>"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ   | 200    | 6,23              | 7,58    | 18,79            | 169,34                                   | 0,75                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                | 150    | 2,62              | 2,80    | 16,57            | 102,57                                   | 0,49                  |
| 2008                          | К/К                 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 37     | 2,80              | 1,08    | 19,17            | 97,71                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                              | 397    | 11,70             | 19,71   | 54,61            | 444,42                                   | 1,24                  |
| II Завтрак                    |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | НАПИТОК<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                | 15     | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАНАН                                        | 97     | 1,46              | 0,49    | 20,38            | 93,16                                    | 9,70                  |
| Итого                         |                     |                                              | 112    | 1,46              | 0,49    | 20,38            | 93,16                                    | 9,70                  |
| Обед                          |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 290                 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ                             | 80/40  | 13,48             | 11,51   | 7,44             | 205,68                                   | 9,17                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 40     | 2,68              | 0,36    | 17,13            | 82,43                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                  | 180    | 0,00              | 0,00    | 12,30            | 49,17                                    | 0,00                  |
|                               |                     | суп гороховый                                | 195    | 12,77             | 6,68    | 23,34            | 204,62                                   | 5,65                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ               | 140    | 4,91              | 4,25    | 31,38            | 183,50                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                              | 675    | 33,84             | 22,80   | 91,59            | 725,40                                   | 14,82                 |
| Полдник                       |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                             | 180    | 5,07              | 5,60    | 8,23             | 105,00                                   | 0,94                  |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО<br>СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 125/30 | 21,39             | 14,08   | 34,30            | 355,44                                   | 0,14                  |
| Итого                         |                     |                                              | 335    | 26,46             | 19,68   | 42,53            | 460,44                                   | 1,08                  |
| Всего                         |                     |                                              |        | 73,46             | 62,68   | 209,11           | 1 723,42                                 | 26,84                 |

Васина Е.Ю. \_\_\_\_\_

повар \_\_\_\_\_

Шиткова Е.И.