

Утверждаю

МДОУ «Детский сад № 1
«Теремок» Заведующий
МДОУ "Детский сад №1" Теремок
ИНН 7816005100 ОГРН 781601001
152240, Челябинская область,
г. Габрилов-Ям, ул. Луначарского, д. 17
Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-00-66

МЕНЮ
18 марта 2025 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,85	8,01	20,38	182,24	0,83
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,35	2,39	0,00	31,43	0,06
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,95	5,25	18,29	141,66	0,83
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,62	1,01	17,93	91,40	0,00
Итого			424	16,77	16,66	56,60	446,73	1,72
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	120	0,19	0,09	7,64	32,83	32,04
Итого			120	0,19	0,09	7,64	32,83	32,04
Обед								
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ С СМЕТАНОЙ	205	5,77	6,45	6,52	110,01	5,43
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65/30	12,10	7,41	2,60	142,93	9,40
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,34	5,33	21,68	148,67	10,42
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	17	0,13	0,02	0,42	2,33	1,66
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,14	0,28	13,70	65,93	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	177	0,90	0,18	17,90	77,74	3,62
Итого			676	24,38	19,67	62,82	547,61	30,53
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	110	18,20	11,09	18,99	251,98	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,88	0,66	6,78	36,72	0,10
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185/5	0,04	0,00	9,77	39,19	0,01
Итого			330	19,12	11,75	35,54	327,89	0,11
Всего				60,46	48,17	162,60	1 355,06	64,40

повар _____

Шиткова Е.И.