

Утверждаю

МДОУ "Детский сад №1
"Теремок"
МДОУ "Детский сад №1" Теремок
ИНН 7616081001 КПП 7616011
152240, Ярославская область,
г. Тутаевская-Ям, ул. Луначарского, д. 12
Телефон: 8 (40334) 2-08-47, 2-01-36

Заведующий

Антипина Н.Ю./

МЕНЮ 19 марта 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,33	6,58	21,25	170,59	0,74
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,83	2,88	0,00	37,91	0,08
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,00	5,29	18,27	142,28	0,84
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,47	0,96	16,95	86,40	0,00
Итого			424	16,63	15,71	56,47	437,18	1,66
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	125	0,16	0,07	7,22	30,78	27,11
Итого			125	0,16	0,07	7,22	30,78	27,11
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	195	6,23	6,24	11,40	126,76	5,68
2008	272	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	75	7,17	4,53	7,71	100,45	0,50
2008	331	РИС ОТВАРНОЙ	115	2,62	3,95	27,56	156,26	0,00
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	19	0,15	0,02	0,46	2,60	1,86
2012	378	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	185	0,07	0,03	11,19	46,38	0,79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			629	18,89	15,12	75,28	514,03	8,83
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	110	21,80	14,87	42,27	390,51	5,92
		КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			280	21,80	14,87	42,27	390,51	5,92
Всего				57,48	45,77	181,24	1 372,50	43,52

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.