

Утверждаю

МДОУ «Детский сад №1 "Теремок"»  
 «Теремок»  
 МДОУ «Детский сад №1 "Теремок"»  
 ИНН 7616003400 КПП 7616003400  
 152240, Ярославская область,  
 г. Гаврилов-Ям, ул. Луначарского, д. 17  
 Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-00-68

**МЕНЮ**  
 20 января 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,12	6,37	16,29	143,51	0,7
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,0
		яйцо варёное	3	0,06	0,05	0,00	0,67	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	175	0,08	0,00	11,38	45,84	0,0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,54	0,98	17,41	88,72	0,0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>7,88</b>	<b>14,04</b>	<b>45,16</b>	<b>338,74</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	120	0,13	0,06	5,47	23,36	20,6
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,13</b>	<b>0,06</b>	<b>5,47</b>	<b>23,36</b>	<b>20,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	195	5,47	5,95	13,33	132,10	4,7
2012	378	НАПИТОК ИЗ ЯГОД	210	0,24	0,10	13,01	55,69	20,3
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	75	6,27	3,75	10,67	101,65	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,68	0,36	17,15	82,51	0,0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	24	0,19	0,02	0,40	3,07	1,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,14	5,20	21,34	145,15	10,3
<b>Итого</b>			<b>694</b>	<b>17,99</b>	<b>15,38</b>	<b>75,90</b>	<b>520,17</b>	<b>37,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	176	4,95	5,46	8,02	102,38	0,9
2012	458	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛО	90	5,45	8,02	46,25	278,97	0,2
<b>Итого</b>			<b>266</b>	<b>10,40</b>	<b>13,48</b>	<b>54,27</b>	<b>381,35</b>	<b>1,1</b>
<b>Всего</b>				<b>36,40</b>	<b>42,96</b>	<b>180,80</b>	<b>1 263,62</b>	<b>59,6</b>

повар \_\_\_\_\_

Шиткова Е.И.