

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 " Теремок
/Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

21 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,67	2,72	0,00	35,76	0,07
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ.	180	2,62	2,80	14,98	96,24	0,49
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,78	1,07	19,03	97,00	0,00
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	4,06	6,86	7,82	110,40	0,75
Итого			427	12,13	13,45	41,83	339,40	1,31
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	125	0,16	0,08	6,27	27,12	28,21
Итого			125	0,16	0,08	6,27	27,12	28,21
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	7,11	7,55	9,09	135,91	8,49
2008	284	"ЁЖИКИ " МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	10,64	10,50	7,76	168,05	0,88
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,10	0,02	11,95	48,92	0,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			520	20,50	18,42	45,76	434,46	10,10
Полдник								
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	105	9,96	8,68	31,36	244,60	0,10
		СНЕЖОК	181	4,70	4,52	19,88	139,16	0,00
Итого			286	14,66	13,20	51,24	383,76	0,10
Всего				47,45	45,15	145,10	1 184,74	39,72

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.