

Утверждаю

Заведующий

МДОУ " Детский сад №1 " Теремок

/Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

21 октября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,52	6,65	18,12	154,89	0,74
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
		яйцо варёное	2	0,05	0,05	0,00	0,65	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	12,08	48,72	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,61	1,01	17,91	91,32	0,00
Итого			435	8,36	14,35	48,19	355,58	0,76
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	125	0,28	0,12	7,89	39,09	34,28
Итого			125	0,28	0,12	7,89	39,09	34,28
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	230	8,46	8,64	13,10	168,28	4,84
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,53	9,65	1,74	131,86	0,26
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	135	5,46	6,46	24,67	178,43	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	195	0,16	0,07	16,75	69,38	13,30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,61	0,35	16,71	80,42	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,25	0,03	0,54	4,12	1,59
Итого			701	26,47	25,20	73,51	632,49	19,99
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,04	5,56	8,17	104,27	0,93
2012	458	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛО	95	5,45	7,87	50,42	294,31	0,22
Итого			274	10,49	13,43	58,59	398,58	1,15
Всего				45,60	53,10	188,18	1 425,74	56,18

повар _____

Шиткова Е.И.