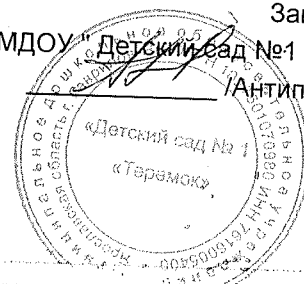


Утверждаю

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



МЕНЮ

21 декабря 2023 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	2,68	2,73	0,00	35,89	0,07
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ГЕРКУЛЕС ЖИДКАЯ	200	6,27	7,73	19,04	171,94	0,74
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ.	180	2,60	2,79	15,79	99,34	0,48
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,60	1,00	17,79	90,69	0,00
Итого			425	14,15	14,25	52,62	397,86	1,29
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	125	0,34	0,15	8,78	44,24	41,54
Итого			125	0,34	0,15	8,78	44,24	41,54
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6,92	7,24	8,83	131,30	7,60
2008	284	"ЁЖИКИ " МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	10,41	10,21	6,12	158,05	0,75
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	150	2,15	4,61	12,60	100,42	5,34
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,60	0,35	16,63	80,02	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,09	0,02	12,71	51,90	0,69
Итого			649	22,17	22,43	56,89	521,69	14,38
Полдник								
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	100	9,45	8,24	30,74	235,72	0,08
		МОЛОКО	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	157	0,63	0,63	15,41	73,92	15,73
Итого			437	15,14	14,46	54,36	414,40	16,75
Всего				51,80	51,29	172,65	1 378,19	73,96

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.