

Утверждаю

МДОУ "Детский сад №1  
"Теремок"  
Заведующий  
МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"  
/Антипина Н.Ю.  
Г. Гаврилов 21а, ул. Пушкинская, д. 12  
Телефон: 8 (49331) 2-48-48, 2-48-49

**МЕНЮ**  
22 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	21,33	12,59	13,36	257,22	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,14	5,39	19,23	147,60	0,80
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,57	0,99	17,62	89,82	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,03	2,42	7,07	54,34	0,10
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>30,15</b>	<b>28,03</b>	<b>57,36</b>	<b>608,98</b>	<b>0,90</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	94	0,37	0,37	9,16	43,95	9,30
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>202</b>	<b>0,87</b>	<b>0,47</b>	<b>19,06</b>	<b>86,95</b>	<b>11,30</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	220	6,82	7,48	9,87	136,25	7,70
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	85	15,93	18,91	10,19	274,45	0,90
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,76	4,50	28,87	167,06	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	55	0,91	2,55	5,04	47,62	2,20
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	185	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,61	0,35	16,71	80,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>704</b>	<b>29,03</b>	<b>33,79</b>	<b>82,30</b>	<b>752,24</b>	<b>10,80</b>
<b>Полдник</b>								
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	1,89	2,53	11,64	79,08	4,20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,23	0,86	15,27	77,85	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	2,08	2,12	0,00	27,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	175	2,63	2,79	15,91	99,99	0,40
<b>Итого</b>			<b>338</b>	<b>8,83</b>	<b>8,30</b>	<b>42,82</b>	<b>284,77</b>	<b>4,70</b>
<b>Всего</b>				<b>68,88</b>	<b>70,59</b>	<b>201,54</b>	<b>1 732,94</b>	<b>27,90</b>

повар \_\_\_\_\_

Шиткова Е.И.