

Утверждаю

МДОУ "Детский сад №1

"Теремок"

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 " Теремок

/Антипина Н.Ю./

г. Сарыылда, На. ул. Д.А.Мамедов, д. 1

Телефон 8 (48334) 7-48-47, 2-48-13

МЕНЮ

23 января 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,38	6,60	21,54	172,23	0,74
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,82	2,87	0,00	37,77	0,08
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,95	5,27	19,17	145,42	0,84
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,59	1,00	17,76	90,51	0,00
Итого			426	16,74	15,74	58,47	445,93	1,66
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,60	0,12	11,88	51,60	2,40
Итого			120	0,60	0,12	11,88	51,60	2,40
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ .	190	5,95	6,04	11,62	124,68	6,50
2008	331	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	135	4,70	3,75	29,99	172,68	0,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,67	12,82	9,30	203,20	0,40
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	18	0,14	0,02	0,44	2,49	1,78
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ .	165	0,11	0,04	16,11	65,93	8,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,26	83,07	0,00
Итого			629	26,27	23,03	84,72	652,05	17,29
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ .	115	24,00	16,01	40,80	404,50	5,56
		КИСЕЛЬ ВАЛЕТЕК	182	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			297	24,00	16,01	40,80	404,50	5,56
Всего				67,61	54,90	195,87	1 554,08	26,91

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.