

Утверждаю

МДОУ «Детский сад №1
«Теремок» Заведующий
МДОУ «Детский сад №1» Теремок
/Антипина Н.Ю.
г. Гаврилов-Ям, ул. Пушкинская, д. 17
Телефон 8 (48334) 2-18-47, 2-00-66

МЕНЮ

23 октября 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-гическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	185	5,57	6,50	22,63	172,21	0,66
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	165	4,24	4,41	19,78	136,88	0,74
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,72	1,05	18,62	94,89	0,00
Итого			396	12,63	20,26	61,13	478,98	1,40
II Завтрак								
		СНЕЖОК	164	4,14	3,99	17,53	122,68	0,00
Итого			164	4,14	3,99	17,53	122,68	0,00
Обед								
2012	62	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ СО СМЕТАНОЙ	260	10,35	9,86	9,03	170,29	7,13
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	65	8,28	6,45	4,19	108,17	0,42
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,09	5,23	21,28	145,05	10,38
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	185	0,06	0,03	12,50	51,56	0,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	26	0,28	0,05	0,98	6,16	6,42
Итого			726	24,71	21,97	64,94	562,81	25,11
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	159	4,48	4,95	7,27	92,81	0,83
		хлопья кукурузные	31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	88	0,35	0,35	8,63	41,37	8,80
Итого			278	4,83	5,30	15,90	134,18	9,63
Всего				46,31	51,52	159,50	1 298,65	36,14

повар _____

Шиткова Е.И.